

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

**Thüringen Ultra (100.00 km)**

**Kwakkenbos, Paul**

Oudewater

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 15:52:58 (9:32 min/km)

Platz in der Alterklasse: 38

Gesamtplatzierung: 141

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	03:08:32	7.32	23.96	03:08:32	7.32
Floh-Seligenthal	26.92	03:57:54	6.56	50.88	07:06:26	7.04
Finsterbergen	24.12	04:15:47	5.63	75.00	11:22:13	6.60
Fröttstädt	24.83	04:30:45	5.32	100.00	15:52:58	6.30

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

