

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Siebe, Birte

Lübbecker Berglöwen

Altersklasse: Frauen W30 (W30U)

Laufzeit: 16:50:27 (10:06 min/km)

Platz in der Alterklasse: 2

Gesamtplatzierung: 21

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 03:15:05 | 7.37 | 23.96 | 03:15:05 | 7.37 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:55:57 | 6.85 | 50.88 | 07:11:02 | 7.08 |
| Finsterbergen | 24.12 | 04:27:12 | 5.42 | 75.00 | 11:38:14 | 6.44 |
| Fröttstädt | 24.83 | 05:12:13 | 4.77 | 100.00 | 16:50:27 | 5.94 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben



www.jenner-com.de

