

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Gottschlich, Norbert

Triathlon Jena e.v.

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 10:39:05 (6:23 min/km)

Platz in der Alterklasse: 8

Gesamtplatzierung: 19

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|-------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:05:27 | 11.46 | 23.96 | 02:05:27 | 11.46 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:30:42 | 10.72 | 50.88 | 04:36:09 | 11.05 |
| Finsterbergen | 24.12 | 02:43:50 | 8.83 | 75.00 | 07:19:59 | 10.23 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:19:06 | 7.48 | 100.00 | 10:39:05 | 9.39 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

