

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

**Thüringen Ultra (100.00 km)**

**Urlaub, Martin**

Endorphinjunkies.de Dortmund

Altersklasse: Männer M35 (M35U)

Laufzeit: 11:51:29 (7:07 min/km)

Platz in der Alterklasse: 10

Gesamtplatzierung: 51

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:43:29 | 8.44 | 23.96   | 02:43:29      | 8.44      |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:07:45 | 8.31 | 50.88   | 05:51:14      | 8.54      |
| Finsterbergen    | 24.12 | 02:54:08 | 8.27 | 75.00   | 08:45:22      | 8.57      |
| Fröttstädt       | 24.83 | 03:06:07 | 7.74 | 100.00  | 11:51:29      | 8.43      |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

