

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4. thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

## Ernst, Roland

LC Olympia Wiesbaden

Altersklasse: Männer M50 (M50U)

Laufzeit: 13:07:56 (7:53 min/km)

Platz in der Altersklasse: 19

Gesamtplatzierung: 85

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:49:22 | 8.15 | 23.96   | 02:49:22      | 8.15      |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:54:15 | 8.95 | 50.88   | 05:43:37      | 8.73      |
| Finsterbergen    | 24.12 | 03:17:44 | 7.28 | 75.00   | 09:01:21      | 8.31      |
| Fröttstädt       | 24.83 | 04:06:35 | 5.84 | 99.83   | 13:07:56      | 7.54      |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

