

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 3. thüringen ULTRA 04.07.2009

### Thüringen Ultra (100.00 km)

## Kupfer, Jörg

Lauffreunde Gotha

Altersklasse: Männer M40 (M40U)

Laufzeit: 09:16:38 (5:34 min/km)

Platz in der Alterklasse: 3

Gesamtplatzierung: 6

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h  | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|-------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:05:57 | 11.41 | 23.96   | 02:05:57      | 11.41     |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:20:25 | 11.50 | 50.88   | 04:26:22      | 11.46     |
| Finsterbergen    | 24.12 | 02:20:01 | 10.34 | 75.00   | 06:46:23      | 11.07     |
| Fröttstädt       | 24.83 | 02:30:15 | 9.92  | 100.00  | 09:16:38      | 10.78     |

## LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

