

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Köhn, Andreas

VfL Brandenburg

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 13:58:24 (8:23 min/km)

Platz in der Alterklasse: 32

Gesamtplatzierung: 117

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 03:01:05 | 7.94 | 23.96 | 03:01:05 | 7.94 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:36:10 | 7.47 | 50.88 | 06:37:15 | 7.68 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:37:59 | 6.64 | 75.00 | 10:15:14 | 7.31 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:43:10 | 6.68 | 100.00 | 13:58:24 | 7.16 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

