

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

**Thüringen Ultra (100.00 km)**

**Seitz, Bernd**

100 Marathon Club Deutschland

Altersklasse: Männer M70 (M70U)

Laufzeit: 16:21:16 (9:49 min/km)

Platz in der Alterklasse: 2

Gesamtplatzierung: 145

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	03:30:53	6.54	23.96	03:30:53	6.54
Floh-Seligenthal	26.92	04:06:31	6.33	50.88	07:37:24	6.56
Finsterbergen	24.12	04:23:50	5.46	75.00	12:01:14	6.24
Fröttstädt	24.83	04:20:02	5.54	100.00	16:21:16	6.11

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

