

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Bernhöft, Claudia

Wendelstein

Altersklasse: Frauen W40 (W40U)

Laufzeit: 12:40:41 (7:37 min/km)

Platz in der Alterklasse: 3

Gesamtplatzierung: 5

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:33:48	8.97	23.96	02:33:48	8.97
Floh-Seligenthal	26.92	03:01:49	8.58	50.88	05:35:37	8.94
Finsterbergen	24.12	03:16:11	7.34	75.00	08:51:48	8.46
Fröttstädt	24.83	03:48:53	6.29	100.00	12:40:41	7.89

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

