

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4. thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

## Dell, Fred

M&H Rennsteigteam

Altersklasse: Männer M50 (M50U)

Laufzeit: 09:14:48 (5:34 min/km)

Platz in der Altersklasse: 2

Gesamtplatzierung: 4

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h  | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|-------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 01:55:59 | 11.90 | 23.96   | 01:55:59      | 11.90     |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:11:18 | 11.88 | 50.88   | 04:07:17      | 12.13     |
| Finsterbergen    | 24.12 | 02:31:02 | 9.53  | 75.00   | 06:38:19      | 11.30     |
| Fröttstädt       | 24.83 | 02:36:29 | 9.20  | 99.83   | 09:14:48      | 10.71     |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben



fenner communication  
werbeagentur - lettershop

