

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4. thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

## Helf, Felix

Andernach

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 14:41:16 (8:50 min/km)

Platz in der Altersklasse: 38

Gesamtplatzierung: 133

Zwischenzeiten:

	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	03:00:44	7.64	23.96	03:00:44	7.64
Floh-Seligenthal	26.92	03:26:01	7.57	50.88	06:26:45	7.76
Finsterbergen	24.12	04:02:14	5.94	75.00	10:28:59	7.15
Fröttstädt	24.83	04:12:17	5.71	99.83	14:41:16	6.74

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

