

URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



4. thüringen ULTRA 03.07.2010

Thüringen Ultra (99.83 km)

Kauppila, Manu

Espoo

Altersklasse: Männer M30 (M30U)

Laufzeit: 10:25:49 (6:16 min/km)

Platz in der Alterklasse: 3

Gesamtplatzierung: 15

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|-------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:09:02 | 10.69 | 23.96 | 02:09:02 | 10.69 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:27:21 | 10.59 | 50.88 | 04:36:23 | 10.85 |
| Finsterbergen | 24.12 | 02:43:43 | 8.80 | 75.00 | 07:20:06 | 10.22 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:05:43 | 7.75 | 99.83 | 10:25:49 | 9.49 |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.

