

URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



4. thüringen ULTRA 03.07.2010

Thüringen Ultra (99.83 km)

Fust, Ulrich

Aktion Canchanabury

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 12:33:46 (7:33 min/km)

Platz in der Altersklasse: 17

Gesamtplatzierung: 68

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:58:25 | 8.06 | 23.96 | 02:58:25 | 8.06 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:10:12 | 8.49 | 50.88 | 06:08:37 | 8.28 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:12:31 | 7.52 | 75.00 | 09:21:08 | 8.02 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:12:38 | 7.73 | 99.83 | 12:33:46 | 7.95 |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

