

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Staffel 4x25 km (100.00 km)

MANK

Uwe Bönewitz / Astrid Krost
Hermann Kurch / Matthias Nietschmann

Altersklasse: Männerstaffel (GMäV)

Laufzeit: 11:02:44 (6:38 min/km)

Platz in der Altersklasse: 23

Gesamtplatzierung: 30

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:32:31 | 9.05 | 23.96 | 02:32:31 | 9.05 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:45:09 | 9.45 | 50.88 | 05:17:40 | 9.44 |
| Finsterbergen | 24.12 | 02:42:16 | 8.87 | 75.00 | 07:59:56 | 9.38 |
| Fröttstätt | 24.83 | 03:02:48 | 7.88 | 100.00 | 11:02:44 | 9.05 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstätt e.V.

