

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Wolter, Elke

LWG Cottbus

Altersklasse: Frauen W40 (W40U)

Laufzeit: 13:16:07 (7:58 min/km)

Platz in der Alterklasse: 4

Gesamtplatzierung: 11

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:52:45 | 7.99 | 23.96 | 02:52:45 | 7.99 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:14:45 | 8.01 | 50.88 | 06:07:30 | 8.16 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:25:13 | 7.02 | 75.00 | 09:32:43 | 7.86 |
| Fröttstätt | 24.83 | 03:43:24 | 6.45 | 100.00 | 13:16:07 | 7.54 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstätt e.V.

