

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Näke, Kai

Dresden

Altersklasse: Männer M30 (M30U)

Laufzeit: 13:32:41 (8:08 min/km)

Platz in der Alterklasse: 5

Gesamtplatzierung: 109

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:45:14 | 8.35 | 23.96 | 02:45:14 | 8.35 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:22:07 | 7.72 | 50.88 | 06:07:21 | 8.17 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:40:29 | 6.53 | 75.00 | 09:47:50 | 7.66 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:44:51 | 6.40 | 100.00 | 13:32:41 | 7.38 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

