

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

**Weiss, Heidi**

Siselen

Altersklasse: Frauen W50 (W50U)

Laufzeit: 14:39:42 (8:48 min/km)

Platz in der Alterklasse: 3

Gesamtplatzierung: 18

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	03:28:14	7.76	50.88	06:26:39	7.90
Finsterbergen	24.12	03:54:43	6.17	75.00	10:21:22	7.24
Fröttstädt	24.83	04:18:20	5.77	100.00	14:39:42	6.82

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben



www.jenner-com.de

