

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Böss, Wolfgang

Creußen

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 10:14:10 (6:08 min/km)

Platz in der Alterklasse: 5

Gesamtplatzierung: 14

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|-------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:17:17 | 10.05 | 23.96 | 02:17:17 | 10.05 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:29:14 | 10.45 | 50.88 | 04:46:31 | 10.47 |
| Finsterbergen | 24.12 | 02:43:11 | 8.82 | 75.00 | 07:29:42 | 10.01 |
| Fröttstädt | 24.83 | 02:44:28 | 8.76 | 100.00 | 10:14:10 | 9.77 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

