

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Fischer, Bärbel

RLT Rodgau

Altersklasse: Frauen W45 (W45U)

Laufzeit: 10:49:22 (6:29 min/km)

Platz in der Alterklasse: 1

Gesamtplatzierung: 2

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:31:09 | 9.13 | 23.96 | 02:31:09 | 9.13 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:41:11 | 9.68 | 50.88 | 05:12:20 | 9.61 |
| Finsterbergen | 24.12 | 02:51:02 | 8.42 | 75.00 | 08:03:22 | 9.31 |
| Fröttstädt | 24.83 | 02:46:00 | 8.67 | 100.00 | 10:49:22 | 9.24 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

