

URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



4. thüringen ULTRA 03.07.2010

Thüringen Ultra (99.83 km)

Ruppert, Ralf

LG Oelde/Wadersloh

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 10:48:36 (6:30 min/km)

Platz in der Altersklasse: 4

Gesamtplatzierung: 20

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:22:49	9.66	23.96	02:22:49	9.66
Floh-Seligenthal	26.92	02:39:29	9.78	50.88	05:02:18	9.92
Finsterbergen	24.12	02:43:21	8.82	75.00	07:45:39	9.66
Fröttstädt	24.83	03:02:57	7.87	99.83	10:48:36	9.16

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

