



3. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 04.07.2009

evaluación detallada

Swoboda, Rüdiger

Asociación: Schwimmclub Gelsenkirchen 04  
Dorsal: 166

recorrido: 100.00 km  
Thüringen Ultra

categoría:  
Männer M50

tiempo total: 13:55:49

velocidad: 7.18 km/h  
rendimiento en carrera: 8:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 129 (de 187)

posición en el recorrido/Men: 115 (de 163)

mejor tiempo del recorrido: 8:09:36

posición en la categoría: 23(de 29)

mejor tiempo en la categoría: 10:43:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:00:59	7:33	22	46:41	123	1:06:22	23.96	3:00:59	7:33	8	14:25	122	46:43
Floh-Seligenthal	26.92	3:27:28	7:42	24	53:32	125	1:24:14	50.88	6:28:27	7:38	8	34:28	122	1:02:27
Finsterbergen	24.12	3:38:47	9:04	23	49:07	116	1:33:43	75.00	10:07:14	8:05	8	58:30	117	4:02:26
Fröttstädt	24.83	3:48:35	9:12	20	1:05:45	113	1:56:50	100.00	13:55:49	8:21	23	3:11:53	119	6:38:04