



3. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2009

evaluación detallada

Helf, Felix

Asociación: Andernach
Dorsal: 109

recorrido: 100.00 km
Thüringen Ultra

categoría:
Männer M45

tiempo total: 14:03:40

velocidad: 7.11 km/h
rendimiento en carrera: 8:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 133 (de 187)

posición en el recorrido/Men: 119 (de 163)

mejor tiempo del recorrido: 8:09:36

posición en la categoría: 33(de 45)

mejor tiempo en la categoría: 8:43:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posició Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso categoría	posició Men	retraso Men		
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:05:02	7:43	37	1:06:29	134	1:10:25	23.96	3:05:02	7:43	14	3:57	126	50:46
Floh-Seligenthal	26.92	3:26:59	7:41	35	1:13:04	124	1:23:45	50.88	6:32:01	7:42	14		126	1:06:01
Finsterbergen	24.12	3:44:00	9:17	34	1:32:11	123	1:38:56	75.00	10:16:01	8:12	13	0:47	121	4:11:13
Fröttstädt	24.83	3:47:39	9:10	33	1:33:21	111	1:55:54	100.00	14:03:40	8:26	34	5:20:10	123	6:45:55