



3. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 04.07.2009

evaluación detallada

Eßer, Michael

Asociación: [www.running-for-kids.de](http://www.running-for-kids.de)  
Dorsal: 62

recorrido: 100.00 km  
Thüringen Ultra

categoría:  
Männer M40

tiempo total: 16:50:28

velocidad: 5.94 km/h  
rendimiento en carrera: 10:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 169 (de 187)  
posición en el recorrido/Men: 148 (de 163)  
mejor tiempo del recorrido: 8:09:36

posición en la categoría: 24(de 27)  
mejor tiempo en la categoría: 8:09:36

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa			etapa			etapa			Total				
	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men	Men	Men				Men	Men
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:04:52	7:42	24	1:10:15	133	1:10:15	23.96	3:04:52	7:42	4	12:30	155	50:36
Floh-Seligenthal	26.92	4:06:06	9:08	26	2:02:52	154	2:02:52	50.88	7:10:58	8:28	4	1:19:56	155	1:44:58
Finsterbergen	24.12	4:27:14	11:04	24	2:22:10	148	2:22:10	75.00	11:38:12	9:18	3	2:46:51	150	5:33:24
Fröttstädt	24.83	5:12:16	12:34	25	3:07:28	153	3:20:31	100.00	16:50:28	10:06	24	8:40:52	152	9:32:43