



3. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2009

evaluación detallada

Sakuth, Holger

Asociación: M&H Rennsteigteam
Dorsal: 11

recorrido: 100.00 km
Thüringen Ultra

categoría:
Männer M45

tiempo total: 11:21:30

velocidad: 8.80 km/h
rendimiento en carrera: 6:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 36 (de 187)
posición en el recorrido/Men: 34 (de 163)
mejor tiempo del recorrido: 8:09:36

posición en la categoría: 11(de 45)
mejor tiempo en la categoría: 8:43:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:39:21	6:39	17	40:48	61	44:44	23.96	2:39:21	6:39	36	38	25:05	
Floh-Seligenthal	26.92	2:48:42	6:16	17	34:47	44	45:28	50.88	5:28:03	6:26	36	38	2:03	
Finsterbergen	24.12	2:47:50	6:57	12	36:01	24	42:46	75.00	8:15:53	6:36	22	35	2:11:05	
Fröttstädt	24.83	3:05:37	7:28	12	51:19	39	1:13:52	100.00	11:21:30	6:48	12	2:38:00	38	4:03:45