



### 3. Thüringen ULTRA Fröttstädt / 04.07.2009

#### Exploitation détaillée

**Grebitus, Rainer**

Association: Wedemark  
Dossard: 36

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M60

**Temps total: 14:10:21**

Vitesse: 7.06 km/h  
Kilométrage: 8:30 min/km

Place par parcours/Total: 139 (de 187)  
Place par parcours/Hommes: 124 (de 163)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36

Place par catégorie: 4(de 7)  
Meilleur temps dans la catégorie: 11:14:21

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:56:59	7:23	3	24:00	106	1:02:22	23.96	2:56:59	7:23	4	24:00	131	42:43
Floh-Seligenthal	26.92	3:17:03	7:19	3	26:56	112	1:13:49	50.88	6:14:02	7:21	4	50:56	131	48:02
Finsterbergen	24.12	3:39:36	9:06	4	48:36	119	1:34:32	75.00	9:53:38	7:54	4	1:39:32	126	3:48:50
Fröttstädt	24.83	4:16:43	10:20	6	1:16:28	135	2:24:58	100.00	14:10:21	8:30	4	2:56:00	128	6:52:36