



### 3. Thüringen ULTRA Fröttstädt / 04.07.2009

#### Exploitation détaillée

Frenz, Michael

Association: LG Nord  
Dossard: 56

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M35

Temps total: 9:54:05

Vitesse: 10.10 km/h  
Kilométrage: 5:56 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 187)  
Place par parcours/Hommes: 10 (de 163)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36

Place par catégorie: 2(de 19)  
Meilleur temps dans la catégorie: 9:20:18

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:04:55	5:12	1	-	8	10:18	23.96	2:04:55	5:12	18		14																
Floh-Seligenthal	26.92	2:29:37	5:33	2	6:26	15	26:23	50.88	4:34:32	5:23	18		14																
Finsterbergen	24.12	2:37:50	6:32	2	15:01	14	32:46	75.00	7:12:22	5:45	18		11	1:07:34															
Fröttstädt	24.83	2:41:43	6:30	3	18:20	16	49:58	100.00	9:54:05	5:56	3	2:24:28	14	2:36:20															