



3. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2009

Exploitation détaillée

Kösling, Holger

Association: 100 Marathon Club
Dossard: 33

Circuit: 100.00 km
Thüringen Ultra

Catégorie:
Männer M50

Temps total: 15:41:59

Vitesse: 6.37 km/h
Kilométrage: 9:25 min/km

Place par parcours/Total: 157 (de 187)
Place par parcours/Hommes: 138 (de 163)
Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36
Place par catégorie: 26(de 29)
Meilleur temps dans la catégorie: 10:43:56

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	3:03:40	7:39	23	49:22	131	1:09:03	23.96	3:03:40	7:39	5	17:06	145	49:24
Floh-Seligenthal	26.92	3:32:42	7:54	25	58:46	132	1:29:28	50.88	6:36:22	7:47	5	42:23	145	1:10:22
Finsterbergen	24.12	4:07:15	10:15	26	1:17:35	135	2:02:11	75.00	10:43:37	8:34	5	1:34:53	140	4:38:49
Fröttstädt	24.83	4:58:22	12:00	27	2:15:32	151	3:06:37	100.00	15:41:59	9:25	26	4:58:03	142	8:24:14