



### 3. Thüringen ULTRA Fröttstädt / 04.07.2009

#### Exploitation détaillée

**Seifert, Wolfgang**

Association: FVV Frankfurt Triathlon  
Dossard: 84

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M50

Temps total: 15:57:08

Vitesse: 6.27 km/h  
Kilométrage: 9:34 min/km

Place par parcours/Total: 163 (de 187)  
Place par parcours/Hommes: 143 (de 163)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36  
Place par catégorie: 28(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	3:16:49	8:12	29	1:02:31	150	1:22:12	23.96	3:16:49	8:12	3	30:15	150	1:02:33
Floh-Seligenthal	26.92	3:44:11	8:19	28	1:10:15	141	1:40:57	50.88	7:01:00	8:16	3	1:07:01	150	1:35:00
Finsterbergen	24.12	4:06:59	10:14	25	1:17:19	134	2:01:55	75.00	11:07:59	8:54	3	1:59:15	145	5:03:11
Fröttstädt	24.83	4:49:09	11:38	26	2:06:19	148	2:57:24	100.00	15:57:08	9:34	28	5:13:12	147	8:39:23