



### 3. Thüringen ULTRA Fröttstädt / 04.07.2009

#### Exploitation détaillée

Heeb, Markus

Association: RTB Marathonteam Remscheid  
Dossard: 171

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M30

Temps total: 10:13:36

Vitesse: 9.78 km/h  
Kilométrage: 6:08 min/km

Place par parcours/Total: 13 (de 187)

Place par parcours/Hommes: 13 (de 163)

Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36

Place par catégorie: 1(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 10:13:36

#### 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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:37:26	6:34	3	41:49	56	42:49	23.96	2:37:26	6:34	2	41:49	17	23:10
Floh-Seligenthal	26.92	2:42:27	6:02	3	36:16	29	39:13	50.88	5:19:53	6:17	2	1:18:05	17	
Finsterbergen	24.12	2:27:45	6:07	1	-	8	22:41	75.00	7:47:38	6:14	1	-	14	1:42:50
Fröttstädt	24.83	2:25:58	5:52	1	-	8	34:13	100.00	10:13:36	6:08	2	1:19:52	17	2:55:51