



### 3. Thüringen ULTRA Fröttstädt / 04.07.2009

#### Exploitation détaillée

Rensch, Steffen

Association: Tangermünde  
Dossard: 81

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M40

Temps total: 11:33:58

Vitesse: 8.65 km/h  
Kilométrage: 6:56 min/km

Place par parcours/Total: 45 (de 187)  
Place par parcours/Hommes: 42 (de 163)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36

Place par catégorie: 11(de 27)  
Meilleur temps dans la catégorie: 8:09:36

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	catg.Homme			km	Temps
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:36:46	6:32	15	42:09	54	42:09	23.96	2:36:46	6:32	18	46	22:30	
Floh-Seligenthal	26.92	2:58:12	6:37	15	54:58	64	54:58	50.88	5:34:58	6:35	18	46	8:58	
Finsterbergen	24.12	2:53:32	7:11	9	48:28	35	48:28	75.00	8:28:30	6:46	16	43	2:23:42	
Fröttstädt	24.83	3:05:28	7:28	10	1:00:40	38	1:13:43	100.00	11:33:58	6:56	11	3:24:22	46	4:16:13