



### 3. Thüringen ULTRA Fröttstädt / 04.07.2009

#### Exploitation détaillée

Ruf, Oliver

Association: VFR Hausen  
Dossard: 204

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M35

Temps total: 11:46:36

Vitesse: 8.49 km/h  
Kilométrage: 7:04 min/km

Place par parcours/Total: 53 (de 187)  
Place par parcours/Hommes: 50 (de 163)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36

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

#### 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	2:36:02	6:30	10	31:07	53	41:25	23.96	2:36:02	6:30	11		56	21:46
Floh-Seligenthal	26.92	2:56:59	6:34	9	33:48	60	53:45	50.88	5:33:01	6:32	11		56	7:01
Finsterbergen	24.12	2:58:49	7:24	8	36:00	47	53:45	75.00	8:31:50	6:49	11		51	2:27:02
Fröttstädt	24.83	3:14:46	7:50	9	51:23	56	1:23:01	100.00	11:46:36	7:03	10	4:16:59	54	4:28:51