



### 3. Thüringen ULTRA Fröttstädt / 04.07.2009

#### Exploitation détaillée

Steinhorst, Rainer

Association: ASC Weißbachtal  
Dossard: 114

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M50

Temps total: 11:55:45

Vitesse: 8.38 km/h  
Kilométrage: 7:10 min/km

Place par parcours/Total: 57 (de 187)

Place par parcours/Hommes: 53 (de 163)

Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36

Place par catégorie: 7(de 29)

Meilleur temps dans la catégorie: 10:43:56

#### 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	2:30:45	6:17	6	16:27	41	36:08	23.96	2:30:45	6:17	24	60	16:29	
Floh-Seligenthal	26.92	2:48:01	6:14	5	14:05	40	44:47	50.88	5:18:46	6:15	24	60		
Finsterbergen	24.12	3:15:42	8:06	13	26:02	73	1:10:38	75.00	8:34:28	6:51	24	55	2:29:40	
Fröttstädt	24.83	3:21:17	8:06	12	38:27	68	1:29:32	100.00	11:55:45	7:09	7	1:11:49	57	4:38:00