



3. Thüringen ULTRA Fröttstädt / 04.07.2009

Exploitation détaillée

Vinzelberg, Dirk

Association: LG Roland Haldensleben
Dossard: 28

Circuit: 100.00 km
Thüringen Ultra

Catégorie:
Männer M45

Temps total: 9:09:56

Vitesse: 10.91 km/h
Kilométrage: 5:30 min/km

Place par parcours/Total: 4 (de 187)
Place par parcours/Hommes: 4 (de 163)
Meilleur temps dans le parcours: 8:09:36
Place par catégorie: 2(de 45)
Meilleur temps dans la catégorie: 8:43:30

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	1:59:20	4:58	2	0:47	5	4:43	23.96	1:59:20	4:58	27		8	
Floh-Seligenthal	26.92	2:20:10	5:12	2	6:15	6	16:56	50.88	4:19:30	5:06	27		8	
Finsterbergen	24.12	2:33:39	6:22	5	21:50	12	28:35	75.00	6:53:09	5:30	24		5	48:21
Fröttstädt	24.83	2:16:47	5:30	2	2:29	4	25:02	100.00	9:09:56	5:29	3	26:26	8	1:52:11