



5. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

Exploitation détaillée

Helle, Friedrich

Association: Lage  
Dossard: 110

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 13:30:24

Vitesse: 7.40 km/h  
Kilométrage: 8:06 min/km

Place par parcours/Total: 118 (de 176)  
Place par parcours/Hommes: 103 (de 140)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:21:21

Place par catégorie: 30(de 39)  
Meilleur temps dans la catégorie: 9:01:08

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	3:17:43	8:15	37	56:48	127	1:14:23	23.96	3:17:43	8:15	12	-	107	37:09	
Floh-Seligenthal	26.92	3:22:20	7:30	29	55:50	103	1:16:24	50.88	6:40:03	7:51	12	-	107	45:37	
Finsterbergen	24.12	3:23:40	8:26	27	1:15:22	98	1:17:30	75.00	10:03:43	8:02	1	-	103	3:48:17	
Fröttstädt	25.00	3:26:41	8:16	31	1:21:16	90	1:21:16	100.00	13:30:24	8:06	30	4:29:16	103	5:09:03	