



5. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

Exploitation détaillée

Ruppert, Ralf

Association: LG Oelde/Wadersloh
Dossard: 1003

Circuit: 161.00 km
Thüringen ULTRA - 100 Meilen

Catégorie:
Männer M45

Temps total: 21:39:52

Vitesse: 7.43 km/h
Kilométrage: 8:04 min/km

Place par parcours/Total: 20 (de 89)
Place par parcours/Hommes: 19 (de 84)
Meilleur temps dans le parcours: 16:36:15

Place par catégorie: 8(de 24)
Meilleur temps dans la catégorie: 17:14:24

Poste	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
Berggasthof Hör	43.00	4:50:10	6:44	8	1:54:17	17	1:54:17	43.00	4:50:10	6:44	25	4:50:10	85	4:50:10
Sondra	28.00	3:59:03	8:32	10	54:32	29	1:05:11	71.00	8:49:13	7:27	23	8:49:13	82	8:49:13
Ruhlaer Skihütte	14.00	2:04:55	8:55	8	24:07	16	28:15	85.00	10:54:08	7:41	19	10:54:08	74	10:54:08
Brotterode/Klein	15.00	2:12:30	8:50	13	32:43	34	40:26	100.00	13:06:38	7:51	19	13:06:38	72	13:06:38
Floh-Seligenthal	12.00	1:29:30	7:27	12	21:03	35	29:41	112.00	14:36:08	7:49	19	14:36:08	72	14:36:08
Finsterbergen	23.00	3:33:24	9:16	8	46:58	22	57:15	135.00	18:09:32	8:04	19	18:09:32	72	18:09:32
Fröttstädt	26.00	3:30:20	8:05	8	58:26	20	58:26	161.00	21:39:52	8:04	8	4:25:28	19	5:03:37