



5. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

### Exploitation détaillée

Sauer, Dirk

Association: Lauffreunde Geba  
Dossard: 170

Circuit: 100.00 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 10:21:35

Vitesse: 9.65 km/h  
Kilométrage: 6:13 min/km

Place par parcours/Total: 20 (de 176)  
Place par parcours/Hommes: 18 (de 140)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:21:21  
Place par catégorie: 2(de 39)  
Meilleur temps dans la catégorie: 9:01:08

### 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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:32:56	6:22	8	12:01	39	29:36	23.96	2:32:56	6:22	23		22	
Floh-Seligenthal	26.92	2:48:53	6:16	12	22:23	43	42:57	50.88	5:21:49	6:19	23		22	
Finsterbergen	24.12	2:38:29	6:34	3	30:11	15	32:19	75.00	8:00:18	6:24	21		18	1:44:52
Fröttstädt	25.00	2:21:17	5:39	2	15:52	5	15:52	100.00	10:21:35	6:12	2	1:20:27	18	2:00:14