



3. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Windflüchter ut Meck Pom.

□□□: 8:53:31

□□: 421

□□: 11.25 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□: 100.00 km

Staffel 4x25 km

□□□□□: 11 (of 31)

□□□□□□: 6:41:03

□□□□:

□□□□□: 11(of 24)

Männerstaffel

□□□□□□□: 6:41:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:33:30	6:24	22	56:53	27	56:53	23.96	2:33:30	6:24	15	24:46	22	12:08
Floh-Seligenthal	26.92	2:21:12	5:14	15	36:33	17	36:33	50.88	4:54:42	5:47	15	23:24	22	16:16
Finsterbergen	24.12	1:57:54	4:53	8	18:06	9	18:06	75.00	6:52:36	5:30	15	20:41	22	0:47
Fröttstädt	24.83	2:00:55	4:52	8	20:56	8	20:56	100.00	8:53:31	5:20	11	2:12:28	11	2:12:28