



# 3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Löppens Hasen 1

□□: 402

□□: 100.00 km  
Staffel 4x25 km

□□□□:  
Mixstaffel

□□□: 9:03:01

□□: 11.05 km/h  
□□□□: 5:26 min/km

□□□□□: 14 (of 31)

□□□□□□: 6:41:03

□□□□□: 1(of 5)

□□□□□□□: 9:03:01

□□□□

□□□□

□□□

| □□□              | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□□□ | □□<br>□□□ | □□□    | □□□     | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□□□ | □□<br>□□□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|--------|---------|------|---------|---------|-----------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96    | 2:38:52  | 6:37         | 5       | 31:21   | 28        | 1:02:15   | 23.96  | 2:38:52 | 6:37 | 1       | -       | 19        | 17:30     |
| Floh-Seligenthal | 26.92    | 2:25:38  | 5:24         | 2       | 8:29    | 19        | 40:59     | 50.88  | 5:04:30 | 5:59 | 1       | -       | 19        | 26:04     |
| Finsterbergen    | 24.12    | 1:48:53  | 4:30         | 1       | -       | 3         | 9:05      | 75.00  | 6:53:23 | 5:30 | 1       | -       | 19        | 1:34      |
| Fröttstädt       | 24.83    | 2:09:38  | 5:13         | 1       | -       | 12        | 29:39     | 100.00 | 9:03:01 | 5:25 | 1       | -       | 14        | 2:21:58   |