



3. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

4-läufig

□□: 431

□□: 100.00 km  
Staffel 4x25 km

□□□□:  
Männerstaffel

□□□: 7:54:46

□□: 12.64 km/h  
□□□□: 4:45 min/km

□□□□□: 5 (of 31)

□□□□□□: 6:41:03

□□□□□: 5(of 24)

□□□□□□□: 6:41:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:03:42	5:09	8	27:05	8	27:05	23.96	2:03:42	5:09	21		28	
Floh-Seligenthal	26.92	2:07:39	4:44	7	23:00	7	23:00	50.88	4:11:21	4:56	21		28	
Finsterbergen	24.12	1:53:54	4:43	5	14:06	6	14:06	75.00	6:05:15	4:52	21		28	
Fröttstädt	24.83	1:49:31	4:24	2	9:32	2	9:32	100.00	7:54:46	4:44	5	1:13:43	5	1:13:43