



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Die Flitzer

□□: 412

□□: 100.00 km
Staffel 4x25 km

□□□□:
Männerstaffel

□□□: 8:12:09

□□: 12.19 km/h
□□□□: 4:55 min/km

□□□□□: 7 (of 31)

□□□□□□: 6:41:03

□□□□□: 7(of 24)

□□□□□□□: 6:41:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:03:55	5:10	9	27:18	9	27:18	23.96	2:03:55	5:10	19		26	
Floh-Seligenthal	26.92	2:13:17	4:57	8	28:38	8	28:38	50.88	4:17:12	5:03	19		26	
Finsterbergen	24.12	1:54:08	4:43	6	14:20	7	14:20	75.00	6:11:20	4:57	19		26	
Fröttstädt	24.83	2:00:49	4:51	7	20:50	7	20:50	100.00	8:12:09	4:55	7	1:31:06	7	1:31:06