



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Häger, Sven-Eric

□□: KNBLO-Niederlande

□□: 9

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 13:28:58

□□: 7.42 km/h

□□□□: 8:05 min/km

□□□□□/□□□: 118 (of 187)

□□□□□/□: 106 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 30(of 45)

□□□□□□□: 8:43:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:54:12	7:16	29	55:39	103	59:35	23.96	2:54:12	7:16	11			113	39:56
Floh-Seligenthal	26.92	3:16:41	7:18	33	1:02:46	111	1:13:27	50.88	6:10:53	7:17	11			113	44:53
Finsterbergen	24.12	3:37:38	9:01	31	1:25:49	114	1:32:34	75.00	9:48:31	7:50	10			108	3:43:43
Fröttstädt	24.83	3:40:27	8:52	30	1:26:09	104	1:48:42	100.00	13:28:58	8:05	31	4:45:28		110	6:11:13