



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Näke, Kai

□□: Dresden

□□: 102

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M30

□□□: 13:32:41

□□: 7.38 km/h

□□□□: 8:08 min/km

□□□□□/□□□: 121 (of 187)

□□□□□/□: 109 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 10:13:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:45:14	6:53	5	49:37	75	50:37	23.96	2:45:14	6:53	7	49:37	116	30:58	
Floh-Seligenthal	26.92	3:22:07	7:30	8	1:15:56	120	1:18:53	50.88	6:07:21	7:13	7	2:05:33	116	41:21	
Finsterbergen	24.12	3:40:29	9:08	6	1:12:44	121	1:35:25	75.00	9:47:50	7:50	6	2:00:12	111	3:43:02	
Fröttstädt	24.83	3:44:51	9:03	3	1:18:53	108	1:53:06	100.00	13:32:41	8:07	6	4:38:57	112	6:14:56	