



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Zietlow, Hans-Uwe

□□: LG DUV

□□: 23

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M60

□□□: 13:39:56

□□: 7.32 km/h

□□□□: 8:12 min/km

□□□□□/□□□: 125 (of 187)

□□□□□/□: 112 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 11:14:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:01:31	7:34	4	28:32	127	1:06:54	23.96	3:01:31	7:34	3	28:32	119	47:15
Floh-Seligenthal	26.92	3:22:26	7:31	4	32:19	121	1:19:12	50.88	6:23:57	7:32	3	1:00:51	119	57:57
Finsterbergen	24.12	3:38:58	9:04	3	47:58	117	1:33:54	75.00	10:02:55	8:02	3	1:48:49	114	3:58:07
Fröttstädt	24.83	3:37:01	8:44	4	36:46	94	1:45:16	100.00	13:39:56	8:11	3	2:25:35	116	6:22:11