



3. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Köhn, Andreas

□□: VfL Brandenburg

□□: 168

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 13:58:24

□□: 7.16 km/h

□□□□: 8:23 min/km

□□□□□/□□□: 131 (of 187)

□□□□□/□: 117 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 32(of 45)

□□□□□□□: 8:43:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:01:05	7:33	34	1:02:32	126	1:06:28	23.96	3:01:05	7:33	1	-	124	46:49
Floh-Seligenthal	26.92	3:36:10	8:01	39	1:22:15	136	1:32:56	50.88	6:37:15	7:48	1	-	124	1:11:15
Finsterbergen	24.12	3:37:59	9:02	32	1:26:10	115	1:32:55	75.00	10:15:14	8:12	1	-	119	4:10:26
Fröttstädt	24.83	3:43:10	8:59	31	1:28:52	105	1:51:25	100.00	13:58:24	8:23	33	5:14:54	120	6:40:39