



# 3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

**Grebitus, Rainer**

□□: Wedemark  
 □□: 36

□□: 100.00 km  
 Thüringen Ultra

□□□□:  
 Männer M60

□□□: 14:10:21

□□: 7.06 km/h  
 □□□□: 8:30 min/km

□□□□□/□□□: 139 (of 187)

□□□□□/□: 124 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 4(of 7)

□□□□□□□: 11:14:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:56:59	7:23	3	24:00	106	1:02:22	23.96	2:56:59	7:23	4	24:00	131	42:43
Floh-Seligenthal	26.92	3:17:03	7:19	3	26:56	112	1:13:49	50.88	6:14:02	7:21	4	50:56	131	48:02
Finsterbergen	24.12	3:39:36	9:06	4	48:36	119	1:34:32	75.00	9:53:38	7:54	4	1:39:32	126	3:48:50
Fröttstädt	24.83	4:16:43	10:20	6	1:16:28	135	2:24:58	100.00	14:10:21	8:30	4	2:56:00	128	6:52:36