



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Frenz, Michael

□□: LG Nord

□□: 56

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M35

□□□: 9:54:05

□□: 10.10 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 187)

□□□□□/□: 10 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 2(of 19)

□□□□□□□: 9:20:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:04:55	5:12	1	-	8	10:18	23.96	2:04:55	5:12	18	-	-	14	
Floh-Seligenthal	26.92	2:29:37	5:33	2	6:26	15	26:23	50.88	4:34:32	5:23	18	-	-	14	
Finsterbergen	24.12	2:37:50	6:32	2	15:01	14	32:46	75.00	7:12:22	5:45	18	-	-	11	1:07:34
Fröttstädt	24.83	2:41:43	6:30	3	18:20	16	49:58	100.00	9:54:05	5:56	3	2:24:28	14	2:36:20	