



3. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Jahn, Henry

□□: SV Bad Düben

□□: 192

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 14:36:31

□□: 6.85 km/h

□□□□: 8:46 min/km

□□□□□/□□□: 145 (of 187)

□□□□□/□: 128 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 36(of 45)

□□□□□□□: 8:43:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:02:30	7:37	36	1:03:57	129	1:07:53	23.96	3:02:30	7:37	17	1:25	135	48:14	
Floh-Seligenthal	26.92	3:31:12	7:50	38	1:17:17	131	1:27:58	50.88	6:33:42	7:44	17		135	1:07:42	
Finsterbergen	24.12	3:53:29	9:40	36	1:41:40	128	1:48:25	75.00	10:27:11	8:21	16	11:57	130	4:22:23	
Fröttstädt	24.83	4:09:20	10:02	37	1:55:02	129	2:17:35	100.00	14:36:31	8:45	37	5:53:01	132	7:18:46	