



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Gerhardt, Thomas

□□: Laufenselden

□□: 57

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M35

□□□: 15:14:33

□□: 6.56 km/h

□□□□: 9:09 min/km

□□□□□/□□□: 150 (of 187)

□□□□□/□: 131 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 16(of 19)

□□□□□□□: 9:20:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:27:41	8:40	17	1:22:46	155	1:33:04	23.96	3:27:41	8:40	4	44:12	138	1:13:25
Floh-Seligenthal	26.92	4:03:22	9:02	16	1:40:11	152	2:00:08	50.88	7:31:03	8:51	4	1:39:49	138	2:05:03
Finsterbergen	24.12	4:12:11	10:27	16	1:49:22	139	2:07:07	75.00	11:43:14	9:22	4	2:57:52	133	5:38:26
Fröttstädt	24.83	3:31:19	8:30	11	1:07:56	79	1:39:34	100.00	15:14:33	9:08	17	7:44:56	134	7:56:48