



3. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Franke, Sven

□□: BLV-Ilsenburg

□□: 66

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M40

□□□: 10:03:41

□□: 9.94 km/h

□□□□: 6:02 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 187)

□□□□□/□: 11 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 4(of 27)

□□□□□□□: 8:09:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:06:21	5:16	5	11:44	11	11:44	23.96	2:06:21	5:16	25			15	
Floh-Seligenthal	26.92	2:17:55	5:07	3	14:41	5	14:41	50.88	4:24:16	5:11	25			15	
Finsterbergen	24.12	2:52:15	7:08	8	47:11	32	47:11	75.00	7:16:31	5:49	23			12	1:11:43
Fröttstädt	24.83	2:47:10	6:43	6	42:22	21	55:25	100.00	10:03:41	6:02	4	1:54:05	15	2:45:56	