



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Heeb, Markus

□□: RTB Marathonteam Remscheid
 □□: 171

□□: 100.00 km
 Thüringen Ultra

□□□□:
 Männer M30

□□□: 10:13:36

□□: 9.78 km/h
 □□□□: 6:08 min/km

□□□□□/□□□: 13 (of 187)

□□□□□/□: 13 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 1(of 8)

□□□□□□□: 10:13:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:37:26	6:34	3	41:49	56	42:49	23.96	2:37:26	6:34	2	41:49	17	23:10
Floh-Seligenthal	26.92	2:42:27	6:02	3	36:16	29	39:13	50.88	5:19:53	6:17	2	1:18:05	17	
Finsterbergen	24.12	2:27:45	6:07	1	-	8	22:41	75.00	7:47:38	6:14	1	-	14	1:42:50
Fröttstädt	24.83	2:25:58	5:52	1	-	8	34:13	100.00	10:13:36	6:08	2	1:19:52	17	2:55:51