



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Jürries, Uwe

□□: Lt. Hengsteysee/ Hagen

□□: 145

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M50

□□□: 10:43:56

□□: 9.32 km/h

□□□□: 6:26 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 187)

□□□□□/□: 22 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 1(of 29)

□□□□□□□: 10:43:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:14:18	5:36	1	-	15	19:41	23.96	2:14:18	5:36	16	-	-	26	0:02
Floh-Seligenthal	26.92	2:33:56	5:43	1	-	20	30:42	50.88	4:48:14	5:39	16	-	-	26	
Finsterbergen	24.12	2:52:09	7:08	2	2:29	30	47:05	75.00	7:40:23	6:08	16	-	-	23	1:35:35
Fröttstädt	24.83	3:03:33	7:23	2	20:43	34	1:11:48	100.00	10:43:56	6:26	1	-	-	25	3:26:11