



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Caninenberg, Jens

□□: LG Weser Bergland

□□: 187

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M35

□□□: 11:11:41

□□: 8.93 km/h

□□□□: 6:43 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 187)

□□□□□/□: 30 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 6(of 19)

□□□□□□□: 9:20:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:30:54	6:17	8	25:59	42	36:17	23.96	2:30:54	6:17	14			34	16:38
Floh-Seligenthal	26.92	2:46:28	6:11	7	23:17	36	43:14	50.88	5:17:22	6:14	14			34	
Finsterbergen	24.12	2:59:40	7:26	9	36:51	49	54:36	75.00	8:17:02	6:37	14			31	2:12:14
Fröttstädt	24.83	2:54:39	7:02	4	31:16	25	1:02:54	100.00	11:11:41	6:43	7	3:42:04		34	3:53:56