3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Dell, Fred

□□: M&H Rennsteigteam
□□: 195

□□: 100.00 km
Thüringen Ultra

□□□□:
Männer M45

□□□□: 8:43:30

□□: 11.46 km/h
□□□□: 5:14 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 187)
□□□□□/□: 2 (of 163)
□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 1(of 45)
□□□□□□□: 8:43:30

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	1:58:33	4:56	1	-	4	3:56	23.96	1:58:33	4:56	35		3	
Floh-Seligenthal	26.92	2:13:55	4:58	1	-	4	10:41	50.88	4:12:28	4:57	35		3	
Finsterbergen	24.12	2:16:44	5:40	2	4:55	3	11:40	75.00	6:29:12	5:11	33		2	24:24
Fröttstätt	24.83	2:14:18	5:24	1	-	3	22:33	100.00	8:43:30	5:14	1	-	4	1:25:45