



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Förkel, Detlev

□□: Weimar

□□: 108

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M40

□□□: 11:28:09

□□: 8.72 km/h

□□□□: 6:53 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 187)

□□□□□/□: 38 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 9(of 27)

□□□□□□□: 8:09:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:02:10	5:05	3	7:33	6	7:33	23.96	2:02:10	5:05	20			42	
Floh-Seligenthal	26.92	2:28:44	5:31	5	25:30	11	25:30	50.88	4:30:54	5:19	20			42	
Finsterbergen	24.12	2:55:42	7:17	10	50:38	38	50:38	75.00	7:26:36	5:57	18			39	1:21:48
Fröttstädt	24.83	4:01:33	9:43	22	1:56:45	124	2:09:48	100.00	11:28:09	6:52	9	3:18:33	42	4:10:24	