



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Frunzke, Thomas

□□: Storkow

□□: 118

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M50

□□□: 11:31:08

□□: 8.68 km/h

□□□□: 6:55 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 187)

□□□□□/□: 39 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 4(of 29)

□□□□□□□: 10:43:56

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|--------|----------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 2:38:02 | 6:35 | 7 | 23:44 | 58 | 43:25 | 23.96 | 2:38:02 | 6:35 | 27 | | 43 | 23:46 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 2:49:55 | 6:18 | 6 | 15:59 | 48 | 46:41 | 50.88 | 5:27:57 | 6:26 | 27 | | 43 | 1:57 |
| Finsterbergen | 24.12 | 2:55:57 | 7:17 | 3 | 6:17 | 40 | 50:53 | 75.00 | 8:23:54 | 6:43 | 27 | | 40 | 2:19:06 |
| Fröttstädt | 24.83 | 3:07:14 | 7:32 | 4 | 24:24 | 43 | 1:15:29 | 100.00 | 11:31:08 | 6:54 | 4 | 47:12 | 43 | 4:13:23 |