



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Urlaub, Martin

□□: Endorphinjunkies.de Dortmund
 □□: 17

□□: 100.00 km
 Thüringen Ultra

□□□□:
 Männer M35

□□□: 11:51:29

□□: 8.43 km/h
 □□□□: 7:07 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 187)

□□□□□/□: 51 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 10(of 19)

□□□□□□□: 9:20:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:43:29	6:49	13	38:34	72	48:52	23.96	2:43:29	6:49	1	-	58	29:13
Floh-Seligenthal	26.92	3:07:45	6:58	13	44:34	87	1:04:31	50.88	5:51:14	6:54	1	-	58	25:14
Finsterbergen	24.12	2:54:08	7:13	6	31:19	37	49:04	75.00	8:45:22	7:00	1	-	53	2:40:34
Fröttstädt	24.83	3:06:07	7:29	8	42:44	42	1:14:22	100.00	11:51:29	7:06	11	4:21:52	55	4:33:44