



# 3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Rothe, Gunter

□□: Lauffeuer Fröttstädt

□□: 111

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 12:11:25

□□: 8.20 km/h

□□□□: 7:19 min/km

□□□□□/□□□: 63 (of 187)

□□□□□/□: 59 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 19(of 45)

□□□□□□□: 8:43:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:59:44	7:30	32	1:01:11	116	1:05:07	23.96	2:59:44	7:30	45			66	45:28
Floh-Seligenthal	26.92	3:11:27	7:06	26	57:32	92	1:08:13	50.88	6:11:11	7:17	45			66	45:11
Finsterbergen	24.12	2:57:27	7:21	15	45:38	42	52:23	75.00	9:08:38	7:18	41			61	3:03:50
Fröttstädt	24.83	3:02:47	7:21	9	48:29	32	1:11:02	100.00	12:11:25	7:18	20	3:27:55		63	4:53:40