



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Scheida, Guntram

□□: Borna

□□: 198

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 12:22:47

□□: 8.08 km/h

□□□□: 7:26 min/km

□□□□□/□□□: 71 (of 187)

□□□□□/□: 67 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 20(of 45)

□□□□□□□: 8:43:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:05:05	7:43	38	1:06:32	135	1:10:28	23.96	3:05:05	7:43	13	4:00	74	50:49
Floh-Seligenthal	26.92	3:03:32	6:49	23	49:37	78	1:00:18	50.88	6:08:37	7:14	13		74	42:37
Finsterbergen	24.12	2:57:53	7:22	16	46:04	43	52:49	75.00	9:06:30	7:17	42		65	3:01:42
Fröttstädt	24.83	3:16:17	7:54	17	1:01:59	61	1:24:32	100.00	12:22:47	7:25	21	3:39:17	71	5:05:02