



### 3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

**Ebbert, Norbert**

□□: LT Sinosports Edertal

□□: 136

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M50

□□□: 12:38:11

□□: 7.91 km/h

□□□□: 7:35 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 187)

□□□□□/□: 77 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 14(of 29)

□□□□□□□: 10:43:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:57:06	7:23	20	42:48	107	1:02:29	23.96	2:57:06	7:23	17	10:32	84	42:50	
Floh-Seligenthal	26.92	2:58:49	6:38	10	24:53	67	55:35	50.88	5:55:55	6:59	17	1:56	84	29:55	
Finsterbergen	24.12	3:30:26	8:43	20	40:46	104	1:25:22	75.00	9:26:21	7:33	17	17:37	79	3:21:33	
Fröttstädt	24.83	3:11:50	7:43	7	29:00	50	1:20:05	100.00	12:38:11	7:34	14	1:54:15	81	5:20:26	