



3. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Rottmann, Rainer

□□: Freaky Friday Runners Bamberg
 □□: 206

□□: 100.00 km
 Thüringen Ultra

□□□□:
 Männer M40

□□□: 12:38:12

□□: 7.91 km/h
 □□□□: 7:35 min/km

□□□□□/□□□: 82 (of 187)

□□□□□/□: 78 (of 163)

□□□□□□: 8:09:36

□□□□□: 19(of 27)

□□□□□□□: 8:09:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:59:19	7:29	22	1:04:42	115	1:04:42	23.96	2:59:19	7:29	9	6:57	85	45:03
Floh-Seligenthal	26.92	2:56:22	6:33	13	53:08	58	53:08	50.88	5:55:41	6:59	9	4:39	85	29:41
Finsterbergen	24.12	3:30:44	8:44	20	1:25:40	107	1:25:40	75.00	9:26:25	7:33	8	35:04	80	3:21:37
Fröttstädt	24.83	3:11:47	7:43	12	1:06:59	49	1:20:02	100.00	12:38:12	7:34	19	4:28:36	82	5:20:27