



3. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2009

□□□□

Laufen-aktuell 50

□□: 305

□□: 100.00 km
Staffel 2x50 km

□□□□:
Mixstaffel

□□□: 10:53:32

□□: 9.18 km/h
□□□□: 6:32 min/km

□□□□□: 16 (of 24)

□□□□□□: 8:27:57

□□□□□: 7(of 10)

□□□□□□□: 9:00:22

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|-----------|-----------|
| Floh-Seligenthal | 50.88 | 5:54:56 | 6:58 | 8 | 1:06:58 | 19 | 1:33:42 | 50.88 | 5:54:56 | 6:58 | 7 | 1:01:20 | 10 | 1:05:30 |
| Fröttstädt | 49.12 | 4:58:36 | 6:04 | 4 | 51:50 | 10 | 51:53 | 100.00 | 10:53:32 | 6:32 | 7 | 1:53:10 | 16 | 2:25:35 |