



5. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Pohl, Mathias

□□: LTV Erfurt
□□: 112

□□: 100.00 km
Thüringen Ultra

□□□□:
Männer M45

□□□: 11:42:29

□□: 8.54 km/h
□□□□: 7:01 min/km

□□□□□/□□□: 71 (of 176)

□□□□□/□: 62 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 19(of 39)

□□□□□□□: 9:01:08

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|--------|----------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 2:43:14 | 6:48 | 16 | 22:19 | 61 | 39:54 | 23.96 | 2:43:14 | 6:48 | 11 | - | 66 | 2:40 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 2:52:50 | 6:25 | 13 | 26:20 | 48 | 46:54 | 50.88 | 5:36:04 | 6:36 | 11 | - | 66 | |
| Finsterbergen | 24.12 | 2:53:52 | 7:12 | 12 | 45:34 | 46 | 47:42 | 75.00 | 8:29:56 | 6:47 | 38 | - | 62 | 2:14:30 |
| Fröttstädt | 25.00 | 3:12:33 | 7:42 | 22 | 1:07:08 | 71 | 1:07:08 | 100.00 | 11:42:29 | 7:01 | 19 | 2:41:21 | 62 | 3:21:08 |