



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	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ 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