



5. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Panse, Jens

□□: USV Erfurt  
□□: 189

□□: 100.00 km  
Thüringen Ultra

□□□□:  
Männer M45

□□□: 11:56:58

□□: 8.37 km/h  
□□□□: 7:10 min/km

□□□□□/□□□: 76 (of 176)

□□□□□/□: 67 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 21(of 39)

□□□□□□□: 9:01:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:44:55	6:52	19	24:00	68	41:35	23.96	2:44:55	6:52	3	-	71	4:21
Floh-Seligenthal	26.92	3:05:00	6:52	27	38:30	80	59:04	50.88	5:49:55	6:52	3	-	71	
Finsterbergen	24.12	3:05:28	7:41	21	57:10	68	59:18	75.00	8:55:23	7:08	2	-	67	2:39:57
Fröttstädt	25.00	3:01:35	7:15	15	56:10	56	56:10	100.00	11:56:58	7:10	21	2:55:50	67	3:35:37