



5. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Armenat, Martin

□□: EFC Ruhla 08

□□: 180

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M30

□□□: 12:06:12

□□: 8.26 km/h

□□□□: 7:16 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 176)

□□□□□/□: 71 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 9:39:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:48:39	7:02	7	31:22	80	45:19	23.96	2:48:39	7:02	6	30:56	76	8:05
Floh-Seligenthal	26.92	2:58:31	6:37	6	33:51	64	52:35	50.88	5:47:10	6:49	6	49:41	74	
Finsterbergen	24.12	3:08:07	7:47	6	44:21	77	1:01:57	75.00	8:55:17	7:08	5	1:48:28	70	2:39:51
Fröttstädt	25.00	3:10:55	7:38	5	38:18	70	1:05:30	100.00	12:06:12	7:15	5	2:26:46	71	3:44:51