



5. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Lempken, Uwe

□□: Homberger TV

□□: 161

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M50

□□□: 12:39:28

□□: 7.90 km/h

□□□□: 7:35 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 176)

□□□□□/□: 85 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 17(of 24)

□□□□□□□: 9:30:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:02:57	7:38	18	45:04	102	59:37	23.96	3:02:57	7:38	8	35:28	89	22:23
Floh-Seligenthal	26.92	3:12:14	7:08	18	44:15	96	1:06:18	50.88	6:15:11	7:22	8	43:27	89	20:45
Finsterbergen	24.12	3:05:25	7:41	13	47:10	67	59:15	75.00	9:20:36	7:28	8	49:22	85	3:05:10
Fröttstädt	25.00	3:18:52	7:57	15	52:31	79	1:13:27	100.00	12:39:28	7:35	17	3:09:00	85	4:18:07