



5. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Goly, Volker

□□: Karate Dojo Erlangen

□□: 105

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M40

□□□: 13:17:35

□□: 7.52 km/h

□□□□: 7:59 min/km

□□□□□/□□□: 111 (of 176)

□□□□□/□: 96 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 17(of 21)

□□□□□□□: 8:21:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:48:41	7:02	16	45:21	82	45:21	23.96	2:48:41	7:02	6	5:29	97	8:07	
Floh-Seligenthal	26.92	3:11:07	7:05	15	1:05:11	91	1:05:11	50.88	5:59:48	7:04	6	18:33	97	5:22	
Finsterbergen	24.12	3:23:17	8:25	17	1:17:07	97	1:17:07	75.00	9:23:05	7:30	6	1:02:40	93	3:07:39	
Fröttstädt	25.00	3:54:30	9:22	19	1:48:35	113	1:49:05	100.00	13:17:35	7:58	17	4:56:14	96	4:56:14	