



5. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Rühl, Wolfgang

□□: LT Hemsbach

□□: 36

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M55

□□□: 13:25:18

□□: 7.45 km/h

□□□□: 8:03 min/km

□□□□□/□□□: 116 (of 176)

□□□□□/□: 101 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 9(of 14)

□□□□□□□: 10:44:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:51:23	7:09	7	20:04	88	48:03	23.96	2:51:23	7:09	10	10:49	105	10:49
Floh-Seligenthal	26.92	3:09:29	7:02	7	23:32	84	1:03:33	50.88	6:00:52	7:05	10	6:26	105	6:26
Finsterbergen	24.12	3:27:32	8:36	11	47:25	103	1:21:22	75.00	9:28:24	7:34	9	1:31:01	101	3:12:58
Fröttstädt	25.00	3:56:54	9:28	12	1:14:43	115	1:51:29	100.00	13:25:18	8:03	9	2:40:26	101	5:03:57