



5. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Kuste, Siegmars

□□: Laufteam Donautal Austria
□□: 41

□□: 100.00 km
Thüringen Ultra

□□□□:
Männer M55

□□□: 13:33:16

□□: 7.38 km/h
□□□□: 8:08 min/km

□□□□□/□□□: 120 (of 176)

□□□□□/□: 104 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 11(of 14)

□□□□□□□: 10:44:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:01:28	7:34	9	30:09	100	58:08	23.96	3:01:28	7:34	12	20:54	108	20:54	
Floh-Seligenthal	26.92	3:07:44	6:58	6	21:47	83	1:01:48	50.88	6:09:12	7:15	12	14:46	108	14:46	
Finsterbergen	24.12	3:19:14	8:15	9	39:07	93	1:13:04	75.00	9:28:26	7:34	11	1:31:03	104	3:13:00	
Fröttstädt	25.00	4:04:50	9:47	13	1:22:39	118	1:59:25	100.00	13:33:16	8:07	11	2:48:24	104	5:11:55	