



5. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Frühauf, Sylvia

□□: ohne Verein

□□: 85

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Frauen W45

□□□: 13:41:11

□□: 7.31 km/h

□□□□: 8:13 min/km

□□□□□/□□□: 122 (of 176)

□□□□□/□: 18 (of 36)

□□□□□□: 9:26:20

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 10:13:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:10:40	7:57	7	45:26	24	49:34	23.96	3:10:40	7:57	7	45:26	3	
Floh-Seligenthal	26.92	3:34:15	7:57	7	1:00:23	25	1:07:12	50.88	6:44:55	7:57	7	1:45:49	3	
Finsterbergen	24.12	3:33:05	8:50	6	58:13	21	1:16:10	75.00	10:18:00	8:14	7	2:44:02	2	
Fröttstädt	25.00	3:23:11	8:07	5	43:42	13	1:02:18	100.00	13:41:11	8:12	6	3:27:44	18	4:14:51