



5. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Melzer, Ines

□□: Heideläufer Jessen

□□: 1075

□□: 161.00 km

Thüringen ULTRA - 100 Meilen

□□□□:

Frauen W40

□□□: 25:46:37

□□: 6.25 km/h

□□□□: 9:37 min/km

□□□□□/□□□: 64 (of 89)

□□□□□/□: 3 (of 5)

□□□□□□: 21:36:31

□□□□□: 2(of 2)

□□□□□□□: 24:49:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Berggasthof Hör:	43.00	5:17:53	7:23	1	-	2	32:12	43.00	5:17:53	7:23	3	5:17:53	6	5:17:53
Sondra	28.00	4:06:08	8:47	1	-	2	30:57	71.00	9:24:01	7:56	3	9:24:01	6	9:24:01
Ruhlaer Skihütte	14.00	2:39:15	11:22	2	10:16	5	42:10	85.00	12:03:16	8:30	3	12:03:16	6	12:03:16
Brotterode/Kleins:	15.00	2:38:06	10:32	2	25:24	5	29:46	100.00	14:41:22	8:48	3	14:41:22	6	14:41:22
Floh-Seligenthal	12.00	1:33:37	7:48	1	-	3	4:17	112.00	16:14:59	8:42	3	16:14:59	6	16:14:59
Finsterbergen	23.00	4:41:17	12:13	2	52:57	5	1:08:18	135.00	20:56:16	9:18	3	20:56:16	6	20:56:16
Fröttstädt	26.00	4:50:21	11:10	2	50:26	3	50:26	161.00	25:46:37	9:36	2	57:26	3	4:10:06