



5. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Fricke, Bernd

□□: DJK LC Vorra
 □□: 106

□□: 100.00 km
 Thüringen Ultra

□□□□:
 Männer M50

□□□: 10:18:11

□□: 9.71 km/h
 □□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 176)

□□□□□/□: 16 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 2(of 24)

□□□□□□□: 9:30:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:22:22	5:56	2	4:29	20	19:02	23.96	2:22:22	5:56	23		20	
Floh-Seligenthal	26.92	2:36:01	5:47	2	8:02	21	30:05	50.88	4:58:23	5:51	23		20	
Finsterbergen	24.12	2:41:41	6:42	3	23:26	28	35:31	75.00	7:40:04	6:08	23		16	1:24:38
Fröttstädt	25.00	2:38:07	6:19	3	11:46	18	32:42	100.00	10:18:11	6:10	2	47:43	16	1:56:50