



5. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Plötner, Michael

□□: Tautenhain  
□□: 25

□□: 100.00 km  
Thüringen Ultra

□□□□:  
Männer M45

□□□: 11:08:54

□□: 8.97 km/h  
□□□□: 6:41 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 176)

□□□□□/□: 39 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 10(of 39)

□□□□□□□: 9:01:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:37:47	6:35	12	16:52	48	34:27	23.96	2:37:47	6:35	21			43	
Floh-Seligenthal	26.92	2:56:26	6:33	17	29:56	58	50:30	50.88	5:34:13	6:34	21			43	
Finsterbergen	24.12	2:51:11	7:05	11	42:53	40	45:01	75.00	8:25:24	6:44	29			39	2:09:58
Fröttstädt	25.00	2:43:30	6:32	8	38:05	27	38:05	100.00	11:08:54	6:41	10	2:07:46	39	2:47:33	