



7. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Schürmann, Ralf

□□: Wat Läufer Ultra Team

□□: 242

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 12:00:49

□□: 8.32 km/h

□□□□: 7:13 min/km

□□□□□/□□□: 89 (of 272)

□□□□□/□: 82 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 19(of 34)

□□□□□□□: 9:06:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	2:58:37	7:08	19	36:35	83	46:50	25.00	2:58:37	7:08	2			91	46:50
Floh-Seligenthal	25.00	3:10:40	7:37	22	53:04	108	1:05:42	50.00	6:09:17	7:23	2			88	1:52:32
Finsterbergen	25.00	2:54:06	6:57	19	45:40	81	1:06:10	75.00	9:03:23	7:14	2			82	2:58:42
Fröttstädt	25.00	2:57:26	7:05	18	44:12	77	1:06:21	100.00	12:00:49	7:12	19	2:54:05		82	4:05:03