



7. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Darkow, Stefan

□□: Lauffüchse Niederlehme  
□□: 125

□□: 100.00 km  
Thüringen Ultra

□□□□:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 12:21:30

□□: 8.09 km/h  
□□□□: 7:25 min/km

□□□□□/□□□: 101 (of 272)

□□□□□/□: 93 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 9(of 30)

□□□□□□□: 10:18:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:07:40	7:30	9	33:52	103	55:53	25.00	3:07:40	7:30	22	-	-	102	55:53
Floh-Seligenthal	25.00	3:09:40	7:35	10	25:06	104	1:04:42	50.00	6:17:20	7:32	22	-	-	99	2:00:35
Finsterbergen	25.00	2:55:45	7:01	10	31:22	85	1:07:49	75.00	9:13:05	7:22	22	-	-	93	3:08:24
Fröttstädt	25.00	3:08:25	7:32	11	38:47	102	1:17:20	100.00	12:21:30	7:24	9	2:03:12	-	93	4:25:44