



7. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Benz, Ralph

□□: MTV Heide

□□: 85

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 13:00:34

□□: 7.69 km/h

□□□□: 7:49 min/km

□□□□□/□□□: 132 (of 272)

□□□□□/□: 122 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 24(of 34)

□□□□□□□: 9:06:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:25:40	8:13	28	1:03:38	157	1:13:53	25.00	3:25:40	8:13	7	16:39	132	1:13:53
Floh-Seligenthal	25.00	3:12:02	7:40	23	54:26	113	1:07:04	50.00	6:37:42	7:57	7		129	2:20:57
Finsterbergen	25.00	3:03:27	7:20	21	55:01	103	1:15:31	75.00	9:41:09	7:44	7		123	3:36:28
Fröttstädt	25.00	3:19:25	7:58	24	1:06:11	127	1:28:20	100.00	13:00:34	7:48	24	3:53:50	122	5:04:48