



7. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Kratzheller, Silvia

□□: LG Hadamar

□□: 231

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 13:09:21

□□: 7.60 km/h

□□□□: 7:53 min/km

□□□□□/□□□: 137 (of 272)

□□□□□/□: 12 (of 37)

□□□□□□: 10:26:10

□□□□□: 5(of 10)

□□□□□□□: 10:46:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:07:17	7:29	3	15:37	10	28:00	25.00	3:07:17	7:29	5	15:37	32		
Floh-Seligenthal	25.00	3:09:55	7:35	4	19:33	10	23:36	50.00	6:17:12	7:32	5	35:10	32		
Finsterbergen	25.00	3:07:09	7:29	4	32:52	10	43:23	75.00	9:24:21	7:31	5	1:08:02	30		
Fröttstädt	25.00	3:45:00	9:00	7	1:14:36	25	1:14:36	100.00	13:09:21	7:53	5	2:22:38	12	2:43:11	