



7. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Polzius, Frank

□□□: 13:12:23

□□: 283

□□: 7.57 km/h

□□□□: 7:55 min/km

□□: 100.00 km

□□□□□/□□□: 140 (of 272)

Thüringen Ultra

□□□□□/□: 126 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□:

□□□□□: 30(of 54)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 9:26:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:17:51	7:54	30	51:11	130	1:06:04	25.00	3:17:51	7:54	7			138	1:06:04
Floh-Seligenthal	25.00	3:16:13	7:50	29	49:02	120	1:11:15	50.00	6:34:04	7:52	7			135	2:17:19
Finsterbergen	25.00	3:07:10	7:29	24	52:52	112	1:19:14	75.00	9:41:14	7:44	7			128	3:36:33
Fröttstädt	25.00	3:31:09	8:26	37	1:19:09	163	1:40:04	100.00	13:12:23	7:55	30	3:45:39		126	5:16:37