



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 |