



7. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Pötschke, Michael

□□: Rüsselsheim
□□: 104

□□: 100.00 km
Thüringen Ultra

□□□□:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 9:34:40

□□: 10.44 km/h
□□□□: 5:45 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 272)

□□□□□/□: 7 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 2(of 15)

□□□□□□□: 9:22:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	2:34:15	6:10	4	11:48	25	22:28	25.00	2:34:15	6:10	3		15	22:28
Floh-Seligenthal	25.00	2:25:00	5:47	2	6:55	6	20:02	50.00	4:59:15	5:59	2	18:43	12	42:30
Finsterbergen	25.00	2:15:42	5:25	1	-	8	27:46	75.00	7:14:57	5:47	2	15:45	8	1:10:16
Fröttstädt	25.00	2:19:43	5:35	2	0:22	9	28:38	100.00	9:34:40	5:44	2	11:58	7	1:38:54