



7. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Förkel, Detlev

□□: LC Auensee Leipzig

□□: 166

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 13:29:21

□□: 7.41 km/h

□□□□: 8:05 min/km

□□□□□/□□□: 154 (of 272)

□□□□□/□: 140 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 33(of 54)

□□□□□□□: 9:26:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	2:38:11	6:19	7	11:31	31	26:24	25.00	2:38:11	6:19	9			150	26:24
Floh-Seligenthal	25.00	3:08:34	7:32	24	41:23	101	1:03:36	50.00	5:46:45	6:56	9			147	1:30:00
Finsterbergen	25.00	3:09:33	7:34	27	55:15	122	1:21:37	75.00	8:56:18	7:09	9			140	2:51:37
Fröttstädt	25.00	4:33:03	10:55	48	2:21:03	215	2:41:58	100.00	13:29:21	8:05	33	4:02:37		140	5:33:35