



7. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

ünlü, turgay

□□: AKN VHH BSH Hamburg

□□: 146

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 13:37:04

□□: 7.34 km/h

□□□□: 8:10 min/km

□□□□□/□□□: 162 (of 272)

□□□□□/□: 145 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 33(of 58)

□□□□□□□: 8:38:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:27:00	8:16	38	58:15	162	1:15:13	25.00	3:27:00	8:16	7		157	1:15:13
Floh-Seligenthal	25.00	3:23:56	8:09	31	1:05:27	140	1:18:58	50.00	6:50:56	8:13	7		154	2:34:11
Finsterbergen	25.00	3:19:52	7:59	34	1:28:42	149	1:31:56	75.00	10:10:48	8:08	6		146	4:06:07
Fröttstädt	25.00	3:26:16	8:15	33	1:27:28	144	1:35:11	100.00	13:37:04	8:10	33	4:58:24	145	5:41:18