



7. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Hermsdorf, Ralph

□□: LC Auensee Leipzig

□□: 33

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 14:10:12

□□: 7.06 km/h

□□□□: 8:30 min/km

□□□□□/□□□: 191 (of 272)

□□□□□/□: 169 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 43(of 58)

□□□□□□□: 8:38:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:39:59	8:47	50	1:11:14	197	1:28:12	25.00	3:39:59	8:47	17	6:48	181	1:28:12
Floh-Seligenthal	25.00	3:34:37	8:35	47	1:16:08	178	1:29:39	50.00	7:14:36	8:41	17	13:31	178	2:57:51
Finsterbergen	25.00	3:40:51	8:50	46	1:49:41	191	1:52:55	75.00	10:55:27	8:44	16	29:38	170	4:50:46
Fröttstädt	25.00	3:14:45	7:47	26	1:15:57	119	1:23:40	100.00	14:10:12	8:30	43	5:31:32	169	6:14:26