



7. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Deenen, Albert Jan

□□: Balloo

□□: 47

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 14:19:56

□□: 6.98 km/h

□□□□: 8:36 min/km

□□□□□/□□□: 206 (of 272)

□□□□□/□: 182 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 42(of 54)

□□□□□□□: 9:26:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:40:22	8:48	46	1:13:42	201	1:28:35	25.00	3:40:22	8:48	19	13:28	194	1:28:35
Floh-Seligenthal	25.00	3:22:16	8:05	32	55:05	137	1:17:18	50.00	7:02:38	8:27	19	7:41	191	2:45:53
Finsterbergen	25.00	3:26:39	8:15	39	1:12:21	170	1:38:43	75.00	10:29:17	8:23	18	13:11	183	4:24:36
Fröttstädt	25.00	3:50:39	9:13	44	1:38:39	191	1:59:34	100.00	14:19:56	8:35	42	4:53:12	182	6:24:10