



7. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Leffler, Mirko

□□: ULTRARUNNER-TEAM.de

□□: 79

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 15:49:17

□□: 6.32 km/h

□□□□: 9:29 min/km

□□□□□/□□□: 236 (of 272)

□□□□□/□: 206 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 33(of 34)

□□□□□□□: 9:06:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:40:02	8:48	30	1:18:00	198	1:28:15	25.00	3:40:02	8:48	16	31:01	217	1:28:15	
Floh-Seligenthal	25.00	3:38:58	8:45	32	1:21:22	186	1:34:00	50.00	7:19:00	8:46	16	31:06	214	3:02:15	
Finsterbergen	25.00	4:25:14	10:36	34	2:16:48	221	2:37:18	75.00	11:44:14	9:23	16	1:31:29	206	5:39:33	
Fröttstädt	25.00	4:05:03	9:48	33	1:51:49	199	2:13:58	100.00	15:49:17	9:29	33	6:42:33	206	7:53:31	