



7. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Plötner, Michael

□□: SV Hermsdorf

□□: 163

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 10:53:14

□□: 9.19 km/h

□□□□: 6:32 min/km

□□□□□/□□□: 48 (of 272)

□□□□□/□: 45 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 8(of 54)

□□□□□□□: 9:26:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	2:49:37	6:47	12	22:57	56	37:50	25.00	2:49:37	6:47	37			53	37:50
Floh-Seligenthal	25.00	2:54:56	6:59	13	27:45	64	49:58	50.00	5:44:33	6:53	36			50	1:27:48
Finsterbergen	25.00	2:35:09	6:12	6	20:51	37	47:13	75.00	8:19:42	6:39	34			45	2:15:01
Fröttstädt	25.00	2:33:32	6:08	6	21:32	31	42:27	100.00	10:53:14	6:31	8	1:26:30		45	2:57:28