



7. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Niestroj, André Johannes

□□: Otternasen

□□: 57

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 10:59:45

□□: 9.09 km/h

□□□□: 6:36 min/km

□□□□□/□□□: 49 (of 272)

□□□□□/□: 46 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 9(of 54)

□□□□□□□: 9:26:44

□□□□

□□□□

□□□

| □□□              | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□    | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|--------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Glasbachwiese    | 25.00    | 2:53:42  | 6:56         | 13      | 27:02   | 65      | 41:55   | 25.00  | 2:53:42   | 6:56          | 39      | -       | 55      | 41:55   |
| Floh-Seligenthal | 25.00    | 2:51:55  | 6:52         | 10      | 24:44   | 60      | 46:57   | 50.00  | 5:45:37   | 6:54          | 38      | -       | 52      | 1:28:52 |
| Finsterbergen    | 25.00    | 2:41:25  | 6:27         | 12      | 27:07   | 56      | 53:29   | 75.00  | 8:27:02   | 6:45          | 36      | -       | 47      | 2:22:21 |
| Fröttstädt       | 25.00    | 2:32:43  | 6:06         | 4       | 20:43   | 27      | 41:38   | 100.00 | 10:59:45  | 6:35          | 9       | 1:33:01 | 46      | 3:03:59 |