



7. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Thoma, Manfred

□□: LG Rippershausen

□□: 224

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 11:02:55

□□: 9.05 km/h

□□□□: 6:38 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 272)

□□□□□/□: 49 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 3(of 30)

□□□□□□□: 10:18:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	25.00	3:12:58	7:43	10	39:10	115	1:01:11	25.00	3:12:58	7:43	28			58	1:01:11
Floh-Seligenthal	25.00	2:47:20	6:41	3	2:46	41	42:22	50.00	6:00:18	7:12	28			55	1:43:33
Finsterbergen	25.00	2:24:23	5:46	1	-	16	36:27	75.00	8:24:41	6:43	28			50	2:20:00
Fröttstädt	25.00	2:38:14	6:19	3	8:36	39	47:09	100.00	11:02:55	6:37	3	44:37		49	3:07:09