



7. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2013

□□□□

Jezewski, Gerd

□□: Apfelstädt

□□: 217

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 11:10:17

□□: 8.95 km/h

□□□□: 6:42 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 272)

□□□□□/□: 53 (of 235)

□□□□□□: 7:55:46

□□□□□: 4(of 30)

□□□□□□□: 10:18:18

□□□□

□□□□

□□□

| □□□              | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Glasbachwiese    | 25.00    | 2:44:25  | 6:34         | 3       | 10:37   | 41      | 32:38   | 25.00     | 2:44:25   | 6:34          | 27      |         | 62      | 32:38   |
| Floh-Seligenthal | 25.00    | 2:51:36  | 6:51         | 5       | 7:02    | 59      | 46:38   | 50.00     | 5:36:01   | 6:43          | 27      |         | 59      | 1:19:16 |
| Finsterbergen    | 25.00    | 2:44:28  | 6:34         | 5       | 20:05   | 68      | 56:32   | 75.00     | 8:20:29   | 6:40          | 27      |         | 54      | 2:15:48 |
| Fröttstädt       | 25.00    | 2:49:48  | 6:47         | 6       | 20:10   | 67      | 58:43   | 100.00    | 11:10:17  | 6:42          | 4       | 51:59   | 53      | 3:14:31 |