



8. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 04.07.2014-05.07.2014

□□□□

albrecht, stefan

□□: sv emsetal

□□: 184

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 13:51:32

□□: 7.22 km/h

□□□□: 8:19 min/km

□□□□□/□□□: 154 (of 272)

□□□□□/□: 136 (of 232)

□□□□□□: 8:54:18

□□□□□: 31(of 47)

□□□□□□□: 9:33:21

□□□□

□□□□

□□□

| □□□              | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□    | □□□      | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|--------|----------|------|---------|---------|---------|---------|
| Glasbachwiese    | 27.39    | 3:22:18  | 7:23         | 29      | 58:28   | 135     | 1:12:37 | 27.39  | 3:22:18  | 7:23 | 12      | -       | 148     | 1:12:37 |
| Floh-Seligenthal | 27.74    | 3:27:26  | 7:28         | 31      | 1:04:35 | 132     | 1:08:09 | 55.13  | 6:49:44  | 7:25 | 12      | -       | 148     | 2:18:01 |
| Finsterbergen    | 22.03    | 3:42:13  | 10:05        | 39      | 1:27:48 | 180     | 1:35:45 | 77.16  | 10:31:57 | 8:11 | 11      | 4:57    | 142     | 3:48:00 |
| Fröttstädt       | 22.84    | 3:19:35  | 8:44         | 26      | 1:02:06 | 105     | 1:15:55 | 100.00 | 13:51:32 | 8:18 | 31      | 4:18:11 | 136     | 4:57:14 |