



8. Thüringer ULTRA

Fröttstädt / 04.07.2014-05.07.2014

□□□□

Scherbe, Ralf

□□: SSV-MG Ahlsdorf

□□: 152

□□: 100.00 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 14:00:08

□□: 7.14 km/h

□□□□: 8:24 min/km

□□□□□/□□□: 163 (of 272)

□□□□□/□: 140 (of 232)

□□□□□□: 8:54:18

□□□□□: 21(of 36)

□□□□□□□: 8:59:27

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|--------|----------|------|---------|---------|---------|---------|
| Glasbachwiese | 27.39 | 3:33:42 | 7:48 | 29 | 1:05:58 | 170 | 1:24:01 | 27.39 | 3:33:42 | 7:48 | 5 | 11:59 | 152 | 1:24:01 |
| Floh-Seligenthal | 27.74 | 3:34:54 | 7:44 | 21 | 1:13:20 | 155 | 1:15:37 | 55.13 | 7:08:36 | 7:46 | 5 | | 152 | 2:36:53 |
| Finsterbergen | 22.03 | 3:26:55 | 9:23 | 22 | 1:20:27 | 146 | 1:20:27 | 77.16 | 10:35:31 | 8:14 | 5 | | 146 | 3:51:34 |
| Fröttstädt | 22.84 | 3:24:37 | 8:57 | 18 | 1:20:57 | 116 | 1:20:57 | 100.00 | 14:00:08 | 8:24 | 21 | 5:00:41 | 140 | 5:05:50 |