



9. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2015

□□□□

Lohrke, Ralf

□□: Werne

□□: 40

□□: 100.22 km

Einzellauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 13:43:05

□□: 7.29 km/h

□□□□: 8:13 min/km

□□□□□/□□□: 77 (of 246)

□□□□□/□: 71 (of 215)

□□□□□□: 8:53:45

□□□□□: 11(of 59)

□□□□□□□: 9:28:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	2:55:12	6:23	8	37:59	50	44:15	27.39	2:55:12	6:23	8	37:59	50	44:15
Floh-Seligenthal	27.74	3:13:34	6:58	15	51:19	73	51:54	55.13	6:08:46	6:41	10	1:29:18	55	1:36:09
Finsterbergen	22.03	3:39:17	9:57	20	1:17:26	96	1:49:43	77.16	9:48:03	7:37	11	2:46:44	69	3:03:40
Fröttstädt	23.06	3:55:02	10:11	14	1:27:34	81	1:45:40	100.22	13:43:05	8:12	11	4:14:18	71	4:49:20