



9. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 04.07.2015

□□□□

Heinlein, Marika

□□: 1. FC Geesdorf-Nationalteam 24 Std. Lauf  
□□: 113

□□: 100.22 km  
Einzellauf

□□□□:  
Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 15:05:17

□□: 6.63 km/h  
□□□□: 9:02 min/km

□□□□□/□□□□: 119 (of 246)

□□□□□/□: 11 (of 31)

□□□□□□: 11:16:52

□□□□□: 2(of 8)

□□□□□□□: 11:51:26

□□□□

□□□□

□□□

| □□□              | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□    | □□□      | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|--------|----------|------|---------|---------|---------|---------|
| Glasbachwiese    | 27.39    | 3:24:09  | 7:27         | 3       | 30:50   | 11      | 44:01   | 27.39  | 3:24:09  | 7:27 | 3       | 30:50   | 11      | 44:01   |
| Floh-Seligenthal | 27.74    | 3:29:48  | 7:33         | 2       | 31:15   | 10      | 40:23   | 55.13  | 6:53:57  | 7:30 | 2       | 1:02:05 | 10      | 1:24:24 |
| Finsterbergen    | 22.03    | 3:41:18  | 10:02        | 2       | 47:59   | 11      | 55:41   | 77.16  | 10:35:15 | 8:13 | 2       | 1:50:04 | 9       | 2:20:05 |
| Fröttstädt       | 23.06    | 4:30:02  | 11:42        | 5       | 1:23:47 | 19      | 1:28:20 | 100.22 | 15:05:17 | 9:01 | 2       | 3:13:51 | 11      | 3:48:25 |