



9. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2015

□□□□

Aust, Frank

□□: Lauffeuer Fröttstädt e.V.

□□: 234

□□: 100.22 km

Einzellauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 11:28:47

□□: 8.71 km/h

□□□□: 6:52 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 246)

□□□□□/□: 19 (of 215)

□□□□□□: 8:53:45

□□□□□: 5(of 37)

□□□□□□□: 9:49:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	3:06:32	6:48	19	55:35	72	55:35	27.39	3:06:32	6:48	19	55:35	72	55:35
Floh-Seligenthal	27.74	2:50:26	6:08	6	28:46	25	28:46	55.13	5:56:58	6:28	14	1:24:21	45	1:24:21
Finsterbergen	22.03	2:56:09	7:59	8	30:22	26	1:06:35	77.16	8:53:07	6:54	12	1:44:53	37	2:08:44
Fröttstädt	23.06	2:35:40	6:45	2	6:26	6	26:18	100.22	11:28:47	6:52	5	1:39:20	19	2:35:02