



9. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2015

□□□□

Fels, Manfred

□□: Lauffreunde Emsland
□□: 220

□□: 100.22 km
Einzellauf

□□□□:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 12:27:46

□□: 8.04 km/h
□□□□: 7:28 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 246)

□□□□□/□: 38 (of 215)

□□□□□□: 8:53:45

□□□□□: 2(of 13)

□□□□□□□: 11:51:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	3:23:14	7:25	4	37:42	124	1:12:17	27.39	3:23:14	7:25	4	37:42	124	1:12:17
Floh-Seligenthal	27.74	3:15:12	7:02	3	13:39	78	53:32	55.13	6:38:26	7:13	4	51:21	96	2:05:49
Finsterbergen	22.03	2:58:51	8:07	2	10:06	35	1:09:17	77.16	9:37:17	7:28	3	1:01:27	63	2:52:54
Fröttstädt	23.06	2:50:29	7:23	1	-	13	41:07	100.22	12:27:46	7:27	2	36:11	38	3:34:01