



9. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2015

□□□□

Pohl, Roland

□□: ohne

□□: 27

□□: 100.22 km

Einzellauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 12:29:44

□□: 8.00 km/h

□□□□: 7:29 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 246)

□□□□□/□: 40 (of 215)

□□□□□□: 8:53:45

□□□□□: 12(of 37)

□□□□□□□: 9:49:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	2:51:50	6:16	12	40:53	44	40:53	27.39	2:51:50	6:16	12	40:53	44	40:53
Floh-Seligenthal	27.74	3:03:29	6:36	17	41:49	49	41:49	55.13	5:55:19	6:26	13	1:22:42	44	1:22:42
Finsterbergen	22.03	2:58:46	8:06	13	32:59	34	1:09:12	77.16	8:54:05	6:55	13	1:45:51	39	2:09:42
Fröttstädt	23.06	3:35:39	9:21	14	1:06:25	56	1:26:17	100.22	12:29:44	7:28	12	2:40:17	40	3:35:59