



9. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 04.07.2015

□□□□

Sistermanns, Elmar

□□: LG Mörfelden-Walldorf  
□□: 30

□□: 100.22 km  
Einzellauf

□□□□:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 12:37:20

□□: 7.92 km/h  
□□□□: 7:34 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 246)

□□□□□/□: 42 (of 215)

□□□□□□: 8:53:45

□□□□□: 4(of 59)

□□□□□□□: 9:28:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	3:00:34	6:35	12	43:21	57	49:37	27.39	3:00:34	6:35	12	43:21	57	49:37
Floh-Seligenthal	27.74	3:03:36	6:37	8	41:21	50	41:56	55.13	6:04:10	6:36	9	1:24:42	53	1:31:33
Finsterbergen	22.03	3:03:30	8:19	5	41:39	46	1:13:56	77.16	9:07:40	7:05	7	2:06:21	50	2:23:17
Fröttstädt	23.06	3:29:40	9:05	4	1:02:12	46	1:20:18	100.22	12:37:20	7:33	4	3:08:33	42	3:43:35