



10. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 02.07.2016

□□□□

Geske, Lutz

□□: TEA Barnstorf
 □□: 1015

□□: 160.00 km
 100 Meilen

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 22:30:23

□□: 7.11 km/h
 □□□□: 8:26 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 108)

□□□□□/□: 16 (of 98)

□□□□□□: 17:27:33

□□□□□: 6(of 15)

□□□□□□□: 17:27:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hörselberg	42.50	4:53:45	6:54	8	57:58	37	57:58	42.50	4:53:45	6:54	16	57:58	94	57:58	
Sontra	27.50	5:01:17	10:57	9	1:36:24	58	1:58:15	70.00	9:55:02	8:30	16	2:34:22	91	2:34:22	
Glasbachwiese	17.00	2:41:08	9:28	5	26:44	15	48:16	87.00	12:36:10	8:41	16	3:01:06	89	3:01:06	
Gensberg/Brotte	13.00	2:10:09	10:00	5	24:12	11	24:12	100.00	14:46:19	8:51	16	3:25:18	80	3:25:18	
Floh-Seligenthal	14.00	1:36:44	6:54	8	31:30	43	31:30	114.00	16:23:03	8:37	15	3:56:48	78	3:56:48	
Finsterbergen	22.00	3:01:52	8:16	5	30:32	9	30:32	136.00	19:24:55	8:33	15	4:27:20	73	4:27:20	
Prefinish	23.50	3:04:12	7:50	6	35:26	12	35:26	159.50	22:29:07	8:27	14	5:02:46	71	5:02:46	
Fröttstädt	0.50	1:16	2:31	4	0:07	6	0:10	160.00	22:30:23	8:26	6	5:02:50	16	5:02:50	