



10. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 02.07.2016

□□□□

Köhler, Tom

□□: Marathon Steinfurt

□□: 225

□□: 100.20 km

100 Kilometer

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 14:48:20

□□: 6.75 km/h

□□□□: 8:52 min/km

□□□□□/□□□: 152 (of 216)

□□□□□/□: 130 (of 181)

□□□□□□: 8:48:12

□□□□□: 34(of 43)

□□□□□□□: 9:49:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.00	3:27:03	7:40	25	50:07	98	1:01:51	27.00	3:27:03	7:40	25	50:07	97	1:01:51
Floh-Seligenthal	27.00	3:47:59	8:26	32	1:14:45	128	1:26:59	54.00	7:15:02	8:03	28	2:03:45	114	2:28:50
Finsterbergen	22.00	3:38:23	9:55	37	1:24:39	136	1:38:21	76.00	10:53:25	8:35	31	3:19:47	121	4:04:19
Prefinish	23.70	3:53:07	9:50	35	1:42:01	138	1:55:04	99.70	14:46:32	8:53	34	4:58:10	129	5:59:23
Fröttstädt	0.50	1:48	3:36	33	0:45	138	0:49	100.20	14:48:20	8:51	34	4:58:50	130	6:00:08