



10. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 02.07.2016

□□□□

Schwiebus, Jan

□□: Dienstagsgespräch Bernsdorf
 □□: 223

□□: 100.20 km
 100 Kilometer

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 15:23:36

□□: 6.50 km/h
 □□□□: 9:13 min/km

□□□□□/□□□: 166 (of 216)

□□□□□/□: 141 (of 181)

□□□□□□: 8:48:12

□□□□□: 36(of 43)

□□□□□□□: 9:49:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.00	3:51:33	8:34	36	1:14:37	148	1:26:21	27.00	3:51:33	8:34	36	1:14:37	147	1:26:21	
Floh-Seligenthal	27.00	3:55:02	8:42	37	1:21:48	143	1:34:02	54.00	7:46:35	8:38	38	2:35:18	147	3:00:23	
Finsterbergen	22.00	3:38:04	9:54	36	1:24:20	135	1:38:02	76.00	11:24:39	9:00	37	3:51:01	139	4:35:33	
Prefinish	23.70	3:57:02	10:00	36	1:45:56	139	1:58:59	99.70	15:21:41	9:14	36	5:33:19	140	6:34:32	
Fröttstädt	0.50	1:55	3:50	35	0:52	141	0:56	100.20	15:23:36	9:13	36	5:34:06	141	6:35:24	