



10. Thüringen ULTRA

Fröttstädt / 02.07.2016

□□□□

Ritzka, Roman

□□: Harzer Ultra Running Team

□□: 238

□□: 100.20 km

100 Kilometer

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 10:30:34

□□: 9.52 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□□: 16 (of 216)

□□□□□/□: 14 (of 181)

□□□□□□: 8:48:12

□□□□□: 3(of 22)

□□□□□□□: 9:37:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	
Glasbachwiese	27.00	2:51:33	6:21	4	24:56	25	26:21	27.00	2:51:33	6:21	4	24:56	24	26:21
Floh-Seligenthal	27.00	2:41:41	5:59	2	12:55	12	20:41	54.00	5:33:14	6:10	3	25:07	14	47:02
Finsterbergen	22.00	2:26:06	6:38	2	14:03	10	26:04	76.00	7:59:20	6:18	3	39:10	11	1:10:14
Prefinish	23.70	2:29:57	6:19	4	14:23	19	31:54	99.70	10:29:17	6:18	3	53:33	13	1:42:08
Fröttstädt	0.50	1:17	2:34	6	0:09	37	0:18	100.20	10:30:34	6:17	3	53:34	14	1:42:22