



13. thüringenULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2019

□□□□

John, Dennis

□□: Borbecker Raketen Essen  
□□: 136

□□: 100.22 km  
100 Kilometer

□□□□:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 14:23:08

□□: 6.95 km/h  
□□□□: 8:37 min/km

□□□□□/□□□: 146 (of 246)

□□□□□/□: 128 (of 211)

□□□□□□: 8:32:51

□□□□□: 18(of 21)

□□□□□□□: 8:47:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	3:51:01	8:26	20	1:22:43	184	1:29:15	27.39	3:51:01	8:26	20	1:22:43	184	1:29:15
Floh-Seligenthal	27.74	3:49:15	8:15	18	1:27:02	150	1:27:02	55.13	7:40:16	8:20	19	2:48:14	167	3:12:55
Finsterbergen	22.03	3:24:40	9:17	18	1:27:13	119	1:27:13	77.16	11:04:56	8:37	18	4:15:27	145	4:35:56
Fröttstädt	23.06	3:18:12	8:35	13	1:20:05	80	1:20:05	100.22	14:23:08	8:36	18	5:35:32	128	5:50:17