



13. thüringenULTRA
Fröttstädt / 06.07.2019

□□□□

Hermsdorf, Ralph

□□: LC Auensee Leipzig

□□: 67

□□: 100.22 km

100 Kilometer

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 14:26:43

□□: 6.92 km/h

□□□□: 8:39 min/km

□□□□□/□□□: 153 (of 246)

□□□□□/□: 133 (of 211)

□□□□□□: 8:32:51

□□□□□: 5(of 13)

□□□□□□□: 11:19:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	3:51:05	8:26	10	1:10:05	187	1:29:19	27.39	3:51:05	8:26	10	1:10:05	187	1:29:19
Floh-Seligenthal	27.74	3:29:43	7:33	5	30:10	121	1:07:30	55.13	7:20:48	7:59	6	1:40:15	144	2:53:27
Finsterbergen	22.03	3:36:38	9:50	6	56:25	143	1:39:11	77.16	10:57:26	8:31	6	2:33:20	141	4:28:26
Fröttstädt	23.06	3:29:17	9:04	5	34:08	96	1:31:10	100.22	14:26:43	8:38	5	3:07:28	133	5:53:52