



13. thüringenULTRA
Fröttstädt / 06.07.2019

□□□□

Hollandt, Ralf

□□: WSV 07 Kleinschmalkalden
□□: 258

□□: 100.22 km
100 Kilometer

□□□□:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 15:18:33

□□: 6.53 km/h
□□□□: 9:10 min/km

□□□□□/□□□: 179 (of 246)

□□□□□/□: 154 (of 211)

□□□□□□: 8:32:51

□□□□□: 19(of 22)

□□□□□□□: 9:14:13

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | |
|------------------|----------|-----------------|---------|---------|---------|---------|---------|--------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|
| Glasbachwiese | 27.39 | 3:51:33 | 8:27 | 21 | 1:23:11 | 189 | 1:29:47 | 27.39 | 3:51:33 | 8:27 | 21 | 1:23:11 | 189 | 1:29:47 |
| Floh-Seligenthal | 27.74 | 3:38:42 | 7:53 | 18 | 1:15:03 | 137 | 1:16:29 | 55.13 | 7:30:15 | 8:10 | 19 | 2:50:04 | 154 | 3:02:54 |
| Finsterbergen | 22.03 | 3:49:39 | 10:25 | 19 | 1:37:58 | 161 | 1:52:12 | 77.16 | 11:19:54 | 8:48 | 19 | 4:16:12 | 154 | 4:50:54 |
| Fröttstädt | 23.06 | 3:58:39 | 10:20 | 17 | 1:48:08 | 145 | 2:00:32 | 100.22 | 15:18:33 | 9:09 | 19 | 6:04:20 | 154 | 6:45:42 |