



13. thüringenULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2019

□□□□

Giese, Ralf

□□: Lauffeuer Fröttstädt  
□□: 226

□□: 100.22 km  
100 Kilometer

□□□□:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 10:42:07

□□: 9.34 km/h  
□□□□: 6:25 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 246)

□□□□□/□: 20 (of 211)

□□□□□□: 8:32:51

□□□□□: 2(of 43)

□□□□□□□: 10:38:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	2:40:19	5:51	2	3:41	20	18:33	27.39	2:40:19	5:51	2	3:41	20	18:33
Floh-Seligenthal	27.74	2:45:35	5:58	3	1:56	23	23:22	55.13	5:25:54	5:54	2	5:37	22	58:33
Finsterbergen	22.03	2:38:58	7:12	3	5:24	26	41:31	77.16	8:04:52	6:17	2	4:15	20	1:35:52
Fröttstädt	23.06	2:37:15	6:49	1	-	17	39:08	100.22	10:42:07	6:24	2	3:42	20	2:09:16