



13. thüringenULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2019

□□□□

Lange, Harald

□□: Spiridon Frankfurt

□□: 19

□□: 100.22 km

100 Kilometer

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 11:03:52

□□: 9.06 km/h

□□□□: 6:37 min/km

□□□□□/□□□: 27 (of 246)

□□□□□/□: 27 (of 211)

□□□□□□: 8:32:51

□□□□□: 7(of 21)

□□□□□□□: 8:47:36

□□□□

□□□□

□□□

| □□□              | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□    | □□□      | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|--------|----------|------|---------|---------|---------|---------|
| Glasbachwiese    | 27.39    | 2:40:01  | 5:50         | 7       | 11:43   | 18      | 18:15   | 27.39  | 2:40:01  | 5:50 | 7       | 11:43   | 18      | 18:15   |
| Floh-Seligenthal | 27.74    | 2:52:18  | 6:12         | 7       | 30:05   | 27      | 30:05   | 55.13  | 5:32:19  | 6:01 | 7       | 40:17   | 24      | 1:04:58 |
| Finsterbergen    | 22.03    | 2:44:28  | 7:27         | 8       | 47:01   | 36      | 47:01   | 77.16  | 8:16:47  | 6:26 | 7       | 1:27:18 | 28      | 1:47:47 |
| Fröttstädt       | 23.06    | 2:47:05  | 7:14         | 8       | 48:58   | 32      | 48:58   | 100.22 | 11:03:52 | 6:37 | 7       | 2:16:16 | 27      | 2:31:01 |