



13. thüringenULTRA
Fröttstädt / 06.07.2019

□□□□

Malig, Ralf

□□: Bowlingclub Senftenberg

□□: 114

□□: 100.22 km

100 Kilometer

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 11:54:24

□□: 8.40 km/h

□□□□: 7:08 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 246)

□□□□□/□: 50 (of 211)

□□□□□□: 8:32:51

□□□□□: 6(of 45)

□□□□□□□: 10:21:20

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|--------|----------|------|---------|---------|---------|---------|
| Glasbachwiese | 27.39 | 2:59:18 | 6:32 | 8 | 27:12 | 57 | 37:32 | 27.39 | 2:59:18 | 6:32 | 8 | 27:12 | 57 | 37:32 |
| Floh-Seligenthal | 27.74 | 3:07:44 | 6:46 | 11 | 25:50 | 67 | 45:31 | 55.13 | 6:07:02 | 6:39 | 9 | 51:00 | 63 | 1:39:41 |
| Finsterbergen | 22.03 | 3:00:03 | 8:10 | 12 | 29:22 | 71 | 1:02:36 | 77.16 | 9:07:05 | 7:05 | 8 | 1:20:22 | 62 | 2:38:05 |
| Fröttstädt | 23.06 | 2:47:19 | 7:15 | 3 | 12:42 | 33 | 49:12 | 100.22 | 11:54:24 | 7:07 | 6 | 1:33:04 | 50 | 3:21:33 |