



13. thüringenULTRA
Fröttstädt / 06.07.2019

□□□□

Nentwig, Axel

□□: Nahelauf-Therapie

□□: 84

□□: 100.22 km

100 Kilometer

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 12:39:30

□□: 7.90 km/h

□□□□: 7:35 min/km

□□□□□/□□□: 80 (of 246)

□□□□□/□: 73 (of 211)

□□□□□□: 8:32:51

□□□□□: 12(of 43)

□□□□□□□: 10:38:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.39	3:19:58	7:18	18	43:20	109	58:12	27.39	3:19:58	7:18	18	43:20	109	58:12
Floh-Seligenthal	27.74	3:13:53	6:59	12	30:14	85	51:40	55.13	6:33:51	7:08	15	1:13:34	97	2:06:30
Finsterbergen	22.03	2:59:22	8:08	13	25:48	67	1:01:55	77.16	9:33:13	7:25	13	1:32:36	85	3:04:13
Fröttstädt	23.06	3:06:17	8:04	9	29:02	58	1:08:10	100.22	12:39:30	7:34	12	2:01:05	73	4:06:39