



15. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 30.06.2023-01.07.2023

□□□□

Ralf Lessig

□□: Dresdner Bank

□□: 1073

□□: 160.00 km

100 Meilen

□□□□:

Senioren M55 (55-59) M

□□□: 20:21:43

□□: 7.86 km/h

□□□□: 7:38 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 70)

□□□□□/□: 11 (of 63)

□□□□□□: 17:03:47

□□□□□: 1(of 9)

□□□□□□□: 20:21:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hörselberg	42.00	4:18:07	6:08	1	-	5	42:32	42.00	4:18:07	6:08	1	-	5	42:32	
Sondra	28.00	3:38:24	7:47	1	-	4	17:49	70.00	7:56:31	6:48	1	-	4	58:56	
Glasbachwiese	17.00	2:22:47	8:23	1	-	9	24:22	87.00	10:19:18	7:07	1	-	7	1:10:00	
Floh-Seligenthal	27.00	3:27:39	7:41	1	-	14	42:37	114.00	13:46:57	7:15	1	-	8	1:37:20	
Finsterbergen	24.00	3:07:30	7:48	1	-	10	45:49	138.00	16:54:27	7:21	1	-	8	2:08:02	
Fröttstädt	22.00	3:27:16	9:25	2	3:27:16	19	3:27:16	160.00	20:21:43	7:38	1	-	11	3:17:56	