



16. thüringen ULTRA
Fröttstädt / 06.07.2024

□□□□

Ralf Methling

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 185

□□: 100.00 km

100 Kilometer

□□□□:

Senioren M50 (50-54)

□□□: 13:12:53

□□: 7.57 km/h

□□□□: 7:55 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 195)

□□□□□/□: 57 (of 156)

□□□□□□: 8:25:24

□□□□□: 12(of 31)

□□□□□□□: 11:28:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.00	3:41:40	8:12	28	54:34	123	1:26:58	27.00	3:41:40	8:12	28	54:34	123	1:26:58	
Floh-Seligenthal	27.00	3:17:28	7:18	11	24:59	51	1:05:35	54.00	6:59:08	7:45	20	1:18:52	92	2:32:33	
Finsterbergen	22.00	2:50:26	7:44	1	-	23	55:30	76.00	9:49:34	7:45	11	1:12:12	53	3:28:03	
Waltershausen	19.00	2:46:50	8:46	11	23:03	60	1:06:51	95.00	12:36:24	7:57	12	1:35:15	54	4:32:08	
Fröttstädt	5.00	36:29	7:17	17	10:23	84	15:21	100.00	13:12:53	7:55	12	1:44:21	57	4:47:29	