



16. thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 06.07.2024

□□□□

Ralf Lohrke

□□: 129

□□: 100.00 km  
100 Kilometer

□□□□:

Senioren M55 (55-59)

□□□: 13:22:25

□□: 7.48 km/h  
□□□□: 8:01 min/km

□□□□□/□□□: 75 (of 195)

□□□□□/□: 63 (of 156)

□□□□□□: 8:25:24

□□□□□: 6(of 30)

□□□□□□□: 9:29:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Glasbachwiese	27.00	3:18:18	7:20	9	20:44	69	1:03:36	27.00	3:18:18	7:20	9	20:44	69	1:03:36	
Floh-Seligenthal	27.00	3:27:56	7:42	8	20:55	75	1:16:03	54.00	6:46:14	7:31	9	1:46:03	73	2:19:39	
Finsterbergen	22.00	3:19:43	9:04	8	1:05:06	65	1:24:47	76.00	10:05:57	7:58	9	2:51:09	67	3:44:26	
Waltershausen	19.00	2:41:21	8:29	5	48:23	47	1:01:22	95.00	12:47:18	8:04	6	3:39:32	62	4:43:02	
Fröttstädt	5.00	35:07	7:01	7	12:57	68	13:59	100.00	13:22:25	8:01	6	3:52:29	63	4:57:01	