



4. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 03.07.2010

evaluación detallada

Ernst, Roland

Asociación: LC Olympia Wiesbaden  
Dorsal: 80

recorrido: 99.83 km  
Thüringen Ultra

categoría:  
Männer M50

tiempo total: 13:07:56

velocidad: 7.54 km/h  
rendimiento en carrera: 7:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 95 (de 212)  
posición en el recorrido/Men: 85 (de 185)  
mejor tiempo del recorrido: 8:36:39

posición en la categoría: 19(de 37)  
mejor tiempo en la categoría: 9:05:43

tiempos parciales

stage score

Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>posición<br>min/km | stage score           |                |                | Total score |                 |                             |                       |                |                |     |         |
|------------------|-------------|-----------------|-----------------------------|-----------------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------------------|-----------------------|----------------|----------------|-----|---------|
|                  |             |                 |                             | posición<br>categoría | retraso<br>Men | retraso<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>posición<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | retraso<br>Men |     |         |
| Ruhlaer Skihütte | 23.96       | 2:49:22         | 7:04                        | 21                    | 53:23          | 105            | 53:23       | 23.96           | 2:49:22                     | 7:04                  | 3              | 1:16           | 100 |         |
| Floh-Seligenthal | 26.92       | 2:54:15         | 6:28                        | 16                    | 42:57          | 73             | 44:41       | 50.88           | 5:43:37                     | 6:45                  | 3              |                | 100 |         |
| Finsterbergen    | 24.12       | 3:17:44         | 8:11                        | 16                    | 55:10          | 69             | 1:08:08     | 75.00           | 9:01:21                     | 7:13                  | 2              |                | 90  | 2:41:30 |
| Fröttstädt       | 24.83       | 4:06:35         | 9:55                        | 24                    | 1:42:02        | 112            | 2:54:05     | 99.83           | 13:07:56                    | 7:53                  | 19             | 4:02:13        | 89  | 7:18:20 |