



4. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 03.07.2010

evaluación detallada

Lauchstedt, Jörg

Asociación: USV Jena  
Dorsal: 197

recorrido: 99.83 km  
Thüringen Ultra

categoría:  
Männer M30

tiempo total: 10:42:19

velocidad: 9.25 km/h  
rendimiento en carrera: 6:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 20 (de 212)  
posición en el recorrido/Men: 18 (de 185)  
mejor tiempo del recorrido: 8:36:39

posición en la categoría: 4(de 11)  
mejor tiempo en la categoría: 8:36:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	cat	cat	Men	Men				cat	cat		
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:16:19	5:41	7	18:31	24	20:20	23.96	2:16:19	5:41	4	18:31	24	
Floh-Seligenthal	26.92	2:33:16	5:41	4	23:42	21	23:42	50.88	4:49:35	5:41	4	42:13	24	
Finsterbergen	24.12	2:47:42	6:57	4	35:13	22	38:06	75.00	7:37:17	6:05	4	1:17:26	20	1:17:26
Fröttstädt	24.83	3:05:02	7:27	3	48:14	29	1:52:32	99.83	10:42:19	6:26	4	2:05:40	22	4:52:43