



## 4. Thüringer ULTRA Fröttstädt / 03.07.2010

### Exploitation détaillée

Lempken, Uwe

Association: Homberger TV  
Dossard: 223

Circuit: 99.83 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 14:18:22

Vitesse: 6.98 km/h  
Kilométrage: 8:36 min/km

Place par parcours/Total: 134 (de 212)  
Place par parcours/Hommes: 121 (de 185)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:36:39  
Place par catégorie: 34(de 54)  
Meilleur temps dans la catégorie: 10:20:33

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:00:54	7:33	44	49:33	148	1:04:55	23.96	3:00:54	7:33	14	11:53	137	1:16
Floh-Seligenthal	26.92	3:20:56	7:27	38	53:26	128	1:11:22	50.88	6:21:50	7:30	14	7:53	137	10:51
Finsterbergen	24.12	4:02:52	10:04	39	1:53:16	140	1:53:16	75.00	10:24:42	8:19	12		127	4:04:51
Fröttstädt	24.83	3:53:40	9:24	27	2:41:10	90	2:41:10	99.83	14:18:22	8:35	36	6:54:53	125	8:28:46