



4. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 03.07.2010

Exploitation détaillée

Helf, Felix

Association: Andernach  
Dossard: 69

Circuit: 99.83 km  
Thüringen Ultra

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 14:41:16

Vitesse: 6.74 km/h  
Kilométrage: 8:50 min/km

Place par parcours/Total: 147 (de 212)  
Place par parcours/Hommes: 133 (de 185)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:36:39

Place par catégorie: 38(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	3:00:44	7:32	43	49:23	146	1:04:45	23.96	3:00:44	7:32	18	11:43	149	1:06
Floh-Seligenthal	26.92	3:26:01	7:39	41	58:31	140	1:16:27	50.88	6:26:45	7:36	18	12:48	149	15:46
Finsterbergen	24.12	4:02:14	10:02	38	1:52:38	135	1:52:38	75.00	10:28:59	8:23	16		139	4:09:08
Fröttstädt	24.83	4:12:17	10:09	35	2:59:47	118	2:59:47	99.83	14:41:16	8:49	40	7:17:47	137	8:51:40