



4. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Rensch, Steffen

□□: Tangermünde

□□: 113

□□: 99.83 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 12:14:27

□□: 8.09 km/h

□□□□: 7:22 min/km

□□□□□/□□□: 66 (of 212)

□□□□□/□: 58 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 13(of 54)

□□□□□□□: 10:20:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:27:22	6:09	10	16:01	45	31:23	23.96	2:27:22	6:09	45			68	
Floh-Seligenthal	26.92	3:04:39	6:51	26	37:09	93	55:05	50.88	5:32:01	6:31	45			68	
Finsterbergen	24.12	3:14:02	8:02	14	1:04:26	62	1:04:26	75.00	8:46:03	7:00	40			61	2:26:12
Fröttstädt	24.83	3:28:24	8:23	16	2:15:54	63	2:15:54	99.83	12:14:27	7:21	15	4:50:58		62	6:24:51