



4. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Gremmel, Hendrik

□□: Hannover 96

□□: 211

□□: 99.83 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 12:16:12

□□: 8.07 km/h

□□□□: 7:22 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 212)

□□□□□/□: 59 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 14(of 54)

□□□□□□□: 10:20:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:17:37	5:44	5	6:16	27	21:38	23.96	2:17:37	5:44	46		69	
Floh-Seligenthal	26.92	2:49:45	6:18	16	22:15	63	40:11	50.88	5:07:22	6:02	46		69	
Finsterbergen	24.12	3:06:39	7:44	10	57:03	51	57:03	75.00	8:14:01	6:35	41		62	1:54:10
Fröttstädt	24.83	4:02:11	9:45	32	2:49:41	104	2:49:41	99.83	12:16:12	7:22	16	4:52:43	63	6:26:36