



4. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Sakuth, Holger

□□: M&H Rennsteigteam

□□: 11

□□: 99.83 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 13:12:15

□□: 7.50 km/h

□□□□: 7:56 min/km

□□□□□/□□□: 101 (of 212)

□□□□□/□: 90 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 28(of 54)

□□□□□□□: 10:20:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:28:06	6:10	13	16:45	51	32:07	23.96	2:28:06	6:10	8		105	
Floh-Seligenthal	26.92	2:51:17	6:21	18	23:47	68	41:43	50.88	5:19:23	6:16	8		61	
Finsterbergen	24.12	3:40:38	9:08	32	1:31:02	117	1:31:02	75.00	9:00:01	7:12	6		95	2:40:10
Fröttstädt	24.83	4:12:14	10:09	34	2:59:44	117	2:59:44	99.83	13:12:15	7:56	30	5:48:46	94	7:22:39