



4. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Liesch, Markus

□□: LT Horn-Laubach

□□: 48

□□: 99.83 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M40

□□□: 15:08:41

□□: 6.54 km/h

□□□□: 9:06 min/km

□□□□□/□□□: 154 (of 212)

□□□□□/□: 138 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 22(of 31)

□□□□□□□: 9:29:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:42:12	6:46	17	42:10	89	46:13	23.96	2:42:12	6:46	9			157	
Floh-Seligenthal	26.92	3:31:49	7:52	25	1:15:06	149	1:22:15	50.88	6:14:01	7:21	9			157	3:02
Finsterbergen	24.12	4:12:14	10:27	25	1:48:18	146	2:02:38	75.00	10:26:15	8:20	9	42:56	147	4:06:24	
Fröttstädt	24.83	4:42:26	11:22	24	2:02:27	148	3:29:56	99.83	15:08:41	9:06	22	5:38:53	142	9:19:05	