



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 | |