



4. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Lux, Arno

□□: VGDS-Ostbelgien

□□: 244

□□: 99.83 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M40

□□□: 15:21:18

□□: 6.45 km/h

□□□□: 9:14 min/km

□□□□□/□□□: 156 (of 212)

□□□□□/□: 139 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 23(of 31)

□□□□□□□: 9:29:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:49:40	7:04	22	49:38	106	53:41	23.96	2:49:40	7:04	8	-	158	-
Floh-Seligenthal	26.92	3:50:41	8:34	29	1:33:58	166	1:41:07	50.88	6:40:21	7:52	8	-	158	29:22
Finsterbergen	24.12	4:02:44	10:03	23	1:38:48	139	1:53:08	75.00	10:43:05	8:34	8	59:46	148	4:23:14
Fröttstädt	24.83	4:38:13	11:12	23	1:58:14	143	3:25:43	99.83	15:21:18	9:13	23	5:51:30	143	9:31:42