



4. Thüringer ULTRA

Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Matthes, Bodo

□□: LC RON-HILL-Berlin e.V.
 □□: 235

□□: 99.83 km
 Thüringen Ultra

□□□□:
 Männer M45

□□□: 16:40:20

□□: 5.94 km/h
 □□□□: 10:01 min/km

□□□□□/□□□: 178 (of 212)

□□□□□/□: 157 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 43(of 54)

□□□□□□□: 10:20:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:30:14	8:46	51	1:18:53	176	1:34:15	23.96	3:30:14	8:46	24	41:13	178	30:36
Floh-Seligenthal	26.92	3:58:26	8:51	49	1:30:56	169	1:48:52	50.88	7:28:40	8:49	24	1:14:43	178	1:17:41
Finsterbergen	24.12	4:44:01	11:46	49	2:34:25	168	2:34:25	75.00	12:12:41	9:46	22	1:33:00	168	5:52:50
Fröttstädt	24.83	4:27:39	10:46	39	3:15:09	132	3:15:09	99.83	16:40:20	10:01	45	9:16:51	161	10:50:44