



4. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Kretzschmar, Bernd

□□: Dachwig

□□: 185

□□: 99.83 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 16:50:43

□□: 5.88 km/h

□□□□: 10:07 min/km

□□□□□/□□□: 180 (of 212)

□□□□□/□: 159 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 44(of 54)

□□□□□□□: 10:20:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	3:13:34	8:04	48	1:02:13	173	1:17:35	23.96	3:13:34	8:04	25	24:33	180	13:56	
Floh-Seligenthal	26.92	4:09:42	9:16	52	1:42:12	175	2:00:08	50.88	7:23:16	8:42	25	1:09:19	180	1:12:17	
Finsterbergen	24.12	4:32:31	11:17	46	2:22:55	162	2:22:55	75.00	11:55:47	9:32	23	1:16:06	170	5:35:56	
Fröttstädt	24.83	4:54:56	11:52	44	3:42:26	152	3:42:26	99.83	16:50:43	10:07	46	9:27:14	163	11:01:07	