



4. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Vanden Berghe, Rudi

□□: Schoten

□□: 112

□□: 99.83 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M45

□□□: 10:20:33

□□: 9.57 km/h

□□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 212)

□□□□□/□: 14 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 1(of 54)

□□□□□□□: 10:20:33

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|----------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 2:27:42 | 6:09 | 12 | 16:21 | 48 | 31:43 | 23.96 | 2:27:42 | 6:09 | 30 | - | 18 | - |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 2:34:34 | 5:44 | 5 | 7:04 | 23 | 25:00 | 50.88 | 5:02:16 | 5:56 | 30 | - | 18 | - |
| Finsterbergen | 24.12 | 2:29:35 | 6:12 | 2 | 19:59 | 9 | 19:59 | 75.00 | 7:31:51 | 6:01 | 38 | - | 15 | 1:12:00 |
| Fröttstädt | 24.83 | 2:48:42 | 6:47 | 3 | 1:36:12 | 15 | 1:36:12 | 99.83 | 10:20:33 | 6:12 | 3 | 2:57:04 | 18 | 4:30:57 |