



4. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Ziehm, Udo

□□: Potsdam

□□: 56

□□: 99.83 km

Thüringen Ultra

□□□□:

Männer M50

□□□: 11:37:27

□□: 8.52 km/h

□□□□: 6:59 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 212)

□□□□□/□: 41 (of 185)

□□□□□□: 8:36:39

□□□□□: 9(of 37)

□□□□□□□: 9:05:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:37:34	6:34	16	41:35	75	41:35	23.96	2:37:34	6:34	30	-	50	
Floh-Seligenthal	26.92	2:48:30	6:15	14	37:12	58	38:56	50.88	5:26:04	6:24	30	-	50	
Finsterbergen	24.12	2:52:27	7:08	7	29:53	31	42:51	75.00	8:18:31	6:38	27	-	43	1:58:40
Fröttstädt	24.83	3:18:56	8:00	11	54:23	47	2:06:26	99.83	11:37:27	6:59	9	2:31:44	45	5:47:51