



4. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

renner & steiger

□□: 4016

□□: 99.83 km

Staffel 4x25 km

□□□□:

Mixstaffel

□□□: 8:59:41

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□: 11 (of 34)

□□□□□□: 7:15:05

□□□□□: 3(of 9)

□□□□□□□: 8:03:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□		
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:25:30	6:04	5	28:04	28	46:08	23.96	2:25:30	6:04	3	28:04	28	6:25
Floh-Seligenthal	26.92	2:24:29	5:22	5	20:00	18	32:47	50.88	4:49:59	5:41	3	48:04	28	3:58
Finsterbergen	24.12	2:13:35	5:32	4	20:49	13	27:22	75.00	7:03:34	5:38	3	1:08:32	28	
Fröttstädt	24.83	1:56:07	4:40	2	6:51	3	6:51	99.83	8:59:41	5:24	3	55:42	11	1:44:36