



4. Thüringer ULTRA  
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Lauftreff Alteburg, Arnstadt

□□□: 8:03:59

□□: 4035

□□: 12.27 km/h

□□□□: 4:51 min/km

□□: 99.83 km

Staffel 4x25 km

□□□□□: 2 (of 34)

□□□□□□: 7:15:05

□□□□:

□□□□□: 1(of 9)

Mixstaffel

□□□□□□□: 8:03:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Ruhlaer Skihütte	23.96	1:57:26	4:54	1	-	6	18:04	23.96	1:57:26	4:54	1	-	19	
Floh-Seligenthal	26.92	2:04:29	4:37	1	-	5	12:47	50.88	4:01:55	4:45	1	-	19	
Finsterbergen	24.12	1:53:07	4:41	2	0:21	3	6:54	75.00	5:55:02	4:44	1	-	19	
Fröttstädt	24.83	2:08:57	5:11	3	19:41	12	19:41	99.83	8:03:59	4:50	1	-	2	48:54