



4. Thüringer ULTRA
Fröttstädt / 03.07.2010

□□□□

Erbstromtaler Schmalwaden Mix

□□□: 9:59:59

□□: 4019

□□: 9.90 km/h

□□□□: 6:01 min/km

□□: 99.83 km

Staffel 4x25 km

□□□□□: 23 (of 34)

□□□□□□: 7:15:05

□□□□:

□□□□□: 6(of 9)

Mixstaffel

□□□□□□□: 8:03:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:31:45	6:20	8	34:19	32	52:23	23.96	2:31:45	6:20	6	34:19	6	12:40
Floh-Seligenthal	26.92	2:19:49	5:11	4	15:20	13	28:07	50.88	4:51:34	5:43	6	49:39	6	5:33
Finsterbergen	24.12	2:13:44	5:32	5	20:58	14	27:31	75.00	7:05:18	5:40	6	1:10:16	6	
Fröttstädt	24.83	2:54:41	7:02	7	1:05:25	29	1:05:25	99.83	9:59:59	6:00	6	1:56:00	23	2:44:54