



5. Thüringen ULTRA  
Fröttstädt / 01.07.2011-02.07.2011

□□□□

Knefel, Günter

□□: Reinickendorfer Füchse Berlin  
□□: 65

□□: 100.00 km  
Thüringen Ultra

□□□□:  
Männer M55

□□□: 10:59:34

□□: 9.10 km/h  
□□□□: 6:36 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 176)

□□□□□/□: 35 (of 140)

□□□□□□: 8:21:21

□□□□□: 2(of 14)

□□□□□□□: 10:44:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:33:27	6:24	2	2:08	42	30:07	23.96	2:33:27	6:24	3			39	
Floh-Seligenthal	26.92	2:47:12	6:12	2	1:15	38	41:16	50.88	5:20:39	6:18	3			39	
Finsterbergen	24.12	2:46:13	6:53	2	6:06	33	40:03	75.00	8:06:52	6:29	2	9:29		35	1:51:26
Fröttstädt	25.00	2:52:42	6:54	3	10:31	45	47:17	100.00	10:59:34	6:35	2	14:42		35	2:38:13