



## 24. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 05.10.2014

### evaluación detallada

#### Spranger, Steffen

Asociación: Stützerbach

Dorsal: 240

recorrido: 20.00 km

20km Lauf

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:49:33

velocidad: 10.95 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 204 (de 418)

posición en el recorrido/Men: 176 (de 300)

mejor tiempo del recorrido: 1:08:15

posición en la categoría: 32(de 50)

mejor tiempo en la categoría: 1:23:03