



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

Exploitation détaillée

Freitag, Roman

Association: Kath. Laufjugend ARN

Dossard: 363

Circuit: 20.00 km

20km Strecke

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 1:23:57

Vitesse: 14.29 km/h

Kilométrage: 4:12 min/km

Place par parcours/Total: 20 (de 552)

Place par parcours/Hommes: 19 (de 405)

Meilleur temps dans le parcours: 1:13:54

Place par catégorie: 7(de 61)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:15:59

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
10 km	10.00	43:11	4:19	10	3:36	21	4:37	10.00	43:11	4:19	10	3:36	21	4:37
Arrivée	10.00	40:46	4:04	7	4:22	20	5:26	20.00	1:23:57	4:11	7	7:58	19	10:03