



# 12. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 19.06.2010

□□□□

EinsamRennerGenossenschaft

□□□: 15:11:24

□□: 184

□□: 11.26 km/h

□□□□: 5:19 min/km

□□: 171.30 km

Blankenstein-Hörschel

□□□□□: 145 (of 217)

□□□□□□: 10:07:32

□□□□:

□□□□□: 30(of 66)

Mixstaffel

□□□□□□□: 11:43:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
Grumbach	17.20	1:12:22	4:12	5	4:50	29	10:57	17.20	1:12:22	4:12	63		218 10:35
Schildwiese	20.10	1:36:52	4:49	35	23:45	124	32:37	37.30	2:49:14	4:32	63	3:23	218 39:58
Neuhaus/ Gewerl	15.50	1:27:07	5:37	25	22:26	111	26:44	52.80	4:16:21	4:51	63		218 1:05:32
Triniusstein	21.60	1:51:18	5:09	35	32:41	134	37:14	74.40	6:07:39	4:56	63		218 1:41:02
Allzunah	15.00	1:37:46	6:31	64	39:20	214	49:28	89.40	7:45:25	5:12	63		218 2:30:30
Grenzadler	19.80	1:40:16	5:03	36	26:13	121	31:01	109.20	9:25:41	5:10	63		218 2:56:11
Nesselberg	13.80	1:28:33	6:24	57	28:25	205	39:55	123.00	10:54:14	5:19	63		218 3:35:46
Kleiner Inselsber	13.90	1:14:56	5:23	26	19:05	116	23:44	136.90	12:09:10	5:19	63		218 3:59:30
Hohe Sonne	19.70	1:38:18	4:59	31	25:41	120	32:34	156.60	13:47:28	5:17	63		218 4:29:24
Hörschel	14.70	1:23:56	5:42	27	21:02	144	34:28	171.30	15:11:24	5:19	30	3:27:36	145 5:03:52