



12. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hirschel / 19.06.2010

□□□□

Spätzle-Connection

□□□: 16:07:43

□□: 36

□□: 10.62 km/h
□□□□: 5:39 min/km

□□: 171.30 km

Blankenstein-Hirschel

□□□□□: 189 (of 217)

□□□□□□: 10:07:32

□□□□:

□□□□□: 53(of 66)

Mixstaffel

□□□□□□□: 11:43:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Grumbach	17.20	1:37:57	5:41	61	30:25	195	36:32	17.20	1:37:57	5:41	20	13:37	218	36:10
Schildwiese	20.10	1:32:54	4:37	27	19:47	96	28:39	37.30	3:10:51	5:06	20	25:00	218	1:01:35
Neuhaus/ Gewerl	15.50	2:03:34	7:58	65	58:53	214	1:03:11	52.80	5:14:25	5:57	20	52:22	218	2:03:36
Triniusstein	21.60	1:59:13	5:31	47	40:36	172	45:09	74.40	7:13:38	5:49	20	44:01	218	2:47:01
Allzunah	15.00	1:12:41	4:50	25	14:15	104	24:23	89.40	8:26:19	5:39	20	30:41	218	3:11:24
Grenzdler	19.80	1:33:58	4:44	22	19:55	62	24:43	109.20	10:00:17	5:29	20	1:18	218	3:30:47
Nesselberg	13.80	1:14:53	5:25	26	14:45	140	26:15	123.00	11:15:10	5:29	20	0:17	218	3:56:42
Kleiner Inselsber	13.90	1:30:23	6:30	57	34:32	200	39:11	136.90	12:45:33	5:35	20	9:32	218	4:35:53
Hohe Sonne	19.70	1:51:16	5:38	53	38:39	185	45:32	156.60	14:36:49	5:35	20	25:35	218	5:18:45
Hirschel	14.70	1:30:54	6:11	45	28:00	180	41:26	171.30	16:07:43	5:38	53	4:23:55	189	6:00:11