



15. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 22.06.2013

□□□□

Ratsrunners

□□□: 15:57:19

□□: 55

□□: 10.72 km/h
□□□□: 5:35 min/km

□□: 171.30 km

Blankenstein-Hörschel

□□□□□: 171 (of 236)

□□□□□□: 10:18:23

□□□□:

□□□□□: 33(of 64)

Mixstaffel

□□□□□□□: 11:24:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Grumbach	17.20	1:36:42	5:37	47	27:15	188	34:04	17.20	1:36:42	5:37	17	8:25	237	34:02
Schildwiese	20.10	1:40:22	4:59	35	34:00	134	34:00	37.30	3:17:04	5:16	17	6:47	237	1:04:30
Neuhaus	15.50	1:25:28	5:30	19	15:37	101	26:26	52.80	4:42:32	5:21	17		237	1:30:56
Masserberg	19.80	1:40:49	5:05	42	32:54	182	37:32	72.60	6:23:21	5:16	17		237	2:08:22
Allzunah	16.80	1:39:19	5:54	33	25:36	145	52:19	89.40	8:02:40	5:23	17		237	2:41:29
Grenzdler	19.80	2:04:05	6:16	60	52:16	222	52:16	109.20	10:06:45	5:33	17		237	3:31:44
Neue Ausspanne	13.80	1:15:10	5:26	19	19:03	128	24:56	123.00	11:21:55	5:32	17		237	3:56:22
Kleiner Inselsber	13.90	1:21:44	5:52	32	23:39	167	31:37	136.90	12:43:39	5:34	17		237	4:26:44
Hohe Sonne	19.70	1:39:23	5:02	30	29:34	132	31:53	156.60	14:23:02	5:30	17		237	4:58:37
Hörschel	14.70	1:34:17	6:24	51	33:36	199	40:19	171.30	15:57:19	5:35	33	4:32:29	171	5:38:56