



# 15. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 22.06.2013

□□□□

Komaläufer

□□□: 15:20:09

□□: 144

□□: 11.15 km/h  
□□□□: 5:22 min/km

□□: 171.30 km

Blankenstein-Hörschel

□□□□□: 142 (of 236)

□□□□□□: 10:18:23

□□□□:

□□□□□: 114(of 156)

Männerstaffel

□□□□□□□: 10:18:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Grumbach	17.20	1:46:26	6:11	149	43:48	217	43:48	17.20	1:46:26	6:11	112	43:46	160	43:46
Schildwiese	20.10	1:43:14	5:08	111	35:18	158	36:52	37.30	3:29:40	5:37	112	1:17:06	160	1:17:06
Neuhaus	15.50	1:21:29	5:15	60	22:27	78	22:27	52.80	4:51:09	5:30	83	1:39:33	120	1:39:33
Masserberg	19.80	1:30:48	4:35	83	27:31	107	27:31	72.60	6:21:57	5:15	112	2:06:58	160	2:06:58
Allzunah	16.80	1:53:43	6:46	146	1:06:43	215	1:06:43	89.40	8:15:40	5:32	112	2:54:29	160	2:54:29
Grenzdler	19.80	1:47:09	5:24	115	33:19	162	35:20	109.20	10:02:49	5:31	112	3:27:48	160	3:27:48
Neue Ausspanne	13.80	1:19:22	5:45	125	29:08	163	29:08	123.00	11:22:11	5:32	112	3:56:38	160	3:56:38
Kleiner Inselsber	13.90	1:12:46	5:14	77	22:39	93	22:39	136.90	12:34:57	5:30	112	4:18:02	160	4:18:02
Hohe Sonne	19.70	1:24:24	4:17	23	16:54	34	16:54	156.60	13:59:21	5:21	112	4:34:56	160	4:34:56
Hörschel	14.70	1:20:48	5:29	91	26:50	116	26:50	171.30	15:20:09	5:22	114	5:01:46	142	5:01:46