



17. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hirschel / 20.06.2015

□□□□

Montagsläufer

□□□: 15:55:05

□□: 221

□□: 10.55 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□: 168.50 km

Blankenstein-Hirschel

□□□□□: 178 (of 230)

□□□□□□: 10:28:35

□□□□:

□□□□□: 44(of 73)

Mixstaffel

□□□□□□□: 11:36:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Grumbach	17.00	1:27:58	5:10	22	14:14	86	21:13	17.00	1:27:58	5:10	22	14:14	231	21:13
Schildwiese	19.20	1:37:04	5:03	36	30:01	140	30:54	36.20	3:05:02	5:06	25	44:12	109	49:53
Neuhaus	16.00	1:34:26	5:54	46	18:54	170	35:04	52.20	4:39:28	5:21	28	1:03:06	231	1:24:00
Masserberg	17.30	1:44:44	6:03	59	41:38	202	41:38	69.50	6:24:12	5:31	37	1:41:08	231	2:02:21
Allzunah	17.90	1:39:05	5:32	31	23:57	139	33:14	87.40	8:03:17	5:31	37	2:03:25	231	2:31:39
Grenzdler	20.00	1:31:13	4:33	17	21:26	58	21:26	107.40	9:34:30	5:20	29	2:21:07	231	2:48:42
Neue Ausspanne	13.40	1:25:46	6:24	56	29:14	207	36:56	120.80	11:00:16	5:27	33	2:49:34	231	3:23:26
Kleiner Inselsber	13.90	1:45:40	7:36	72	47:25	228	52:49	134.70	12:45:56	5:41	42	3:29:50	231	4:15:41
Hohe Sonne	18.80	1:42:48	5:28	43	32:41	158	34:29	153.50	14:28:44	5:39	44	3:56:32	231	4:49:17
Hirschel	15.00	1:26:21	5:45	50	32:57	183	37:15	168.50	15:55:05	5:40	44	4:18:19	179	5:26:30