



# 17. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 20.06.2015

□□□□

RENN! STEIG! LAUF!

□□: 186

□□: 168.50 km

Blankenstein-Hörschel

□□□□:

Männerstaffel

□□□: 16:00:04

□□: 10.50 km/h

□□□□: 5:42 min/km

□□□□□: 184 (of 230)

□□□□□□: 10:28:35

□□□□□: 132(of 144)

□□□□□□□: 10:28:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Grumbach	17.00	1:19:13	4:39	25	12:28	31	12:28	17.00	1:19:13	4:39	25	12:28	31	12:28
Schildwiese	19.20	1:43:02	5:21	121	36:52	173	36:52	36.20	3:02:15	5:02	70	47:06	94	47:06
Neuhaus	16.00	1:51:27	6:57	144	52:05	223	52:05	52.20	4:53:42	5:37	127	1:38:14	173	1:38:14
Masserberg	17.30	1:43:20	5:58	131	38:52	196	40:14	69.50	6:37:02	5:42	133	2:15:11	186	2:15:11
Allzunah	17.90	1:37:19	5:26	100	31:28	130	31:28	87.40	8:14:21	5:39	128	2:42:43	173	2:42:43
Grenzdler	20.00	1:46:51	5:20	111	35:43	169	37:04	107.40	10:01:12	5:35	129	3:15:24	175	3:15:24
Neue Ausspanne	13.40	1:22:06	6:07	133	33:16	193	33:16	120.80	11:23:18	5:39	130	3:46:28	175	3:46:28
Kleiner Inselsber	13.90	1:30:57	6:32	140	38:06	214	38:06	134.70	12:54:15	5:44	134	4:24:00	185	4:24:00
Hohe Sonne	18.80	1:41:44	5:24	110	33:25	155	33:25	153.50	14:35:59	5:42	134	4:56:32	184	4:56:32
Hörschel	15.00	1:24:05	5:36	118	34:59	169	34:59	168.50	16:00:04	5:41	133	5:31:29	185	5:31:29