



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Kurch, David

□□: Laufexpress Rudolsta

□□: 630

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:28:45

□□: 13.52 km/h

□□□□: 4:26 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 552)

□□□□□/□: 41 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 16(of 61)

□□□□□□□: 1:15:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	43:48	4:22	13	4:13	27	5:14	10.00	43:48	4:22	13	4:13	27	5:14
□□	10.00	44:57	4:29	20	8:33	69	9:37	20.00	1:28:45	4:26	16	12:46	41	14:51