



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Leuthäuser, Ralf

□□: LG Süd

□□: 496

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:28:39

□□: 13.54 km/h

□□□□: 4:26 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 552)

□□□□□/□: 40 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 4(of 59)

□□□□□□□: 1:15:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	45:25	4:32	5	6:08	42	6:51	10.00	45:25	4:32	5	6:08	42	6:51
□□	10.00	43:14	4:19	4	6:57	40	7:54	20.00	1:28:39	4:25	4	13:05	40	14:45