



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Kerst, Alexander

□□: WalschbergRunners

□□: 38

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:29:44

□□: 13.37 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 552)

□□□□□/□: 50 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 17(of 61)

□□□□□□□: 1:15:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	45:30	4:32	17	5:55	44	6:56	10.00	45:30	4:32	17	5:55	44	6:56
□□	10.00	44:14	4:25	18	7:50	56	8:54	20.00	1:29:44	4:29	17	13:45	50	15:50