



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Röschke, Dirk

□□: BOOTCAMPER

□□: 144

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:30:49

□□: 13.21 km/h

□□□□: 4:32 min/km

□□□□□/□□□: 60 (of 552)

□□□□□/□: 57 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 8(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	47:32	4:45	11	5:04	79	8:58	10.00	47:32	4:45	11	5:04	79	8:58
□□	10.00	43:17	4:19	7	3:25	44	7:57	20.00	1:30:49	4:32	8	8:10	57	16:55