



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Gehler, Michael

□□: Hainaer SV

□□: 282

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:30:55

□□: 13.20 km/h

□□□□: 4:33 min/km

□□□□□/□□□: 63 (of 552)

□□□□□/□: 60 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 10(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	46:29	4:38	9	4:01	59	7:55	10.00	46:29	4:38	9	4:01	59	7:55
□□	10.00	44:26	4:26	9	4:34	60	9:06	20.00	1:30:55	4:32	10	8:16	60	17:01