



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Busch, Carsten

□□: codematix runners

□□: 257

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:32:24

□□: 12.99 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□□: 72 (of 552)

□□□□□□/□: 67 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 11(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| 10 km | 10.00 | 46:57 | 4:41 | 10 | 4:29 | 69 | 8:23 | 10.00 | 46:57 | 4:41 | 10 | 4:29 | 69 | 8:23 |
| □□ | 10.00 | 45:27 | 4:32 | 12 | 5:35 | 75 | 10:07 | 20.00 | 1:32:24 | 4:37 | 11 | 9:45 | 67 | 18:30 |