



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Michaelis, Cornelia

□□: SV Bergdorf Höhn

□□: 371

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:32:47

□□: 12.93 km/h

□□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□□: 78 (of 552)

□□□□□□/□: 6 (of 147)

□□□□□□: 1:23:47

□□□□□: 1(of 21)

□□□□□□□: 1:32:47

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| 10 km | 10.00 | 46:55 | 4:41 | 1 | - | 5 | 4:01 | 10.00 | 46:55 | 4:41 | 1 | - | 5 | 4:01 | |
| □□ | 10.00 | 45:52 | 4:35 | 1 | - | 7 | 5:01 | 20.00 | 1:32:47 | 4:38 | 1 | - | 6 | 9:00 | |