



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Arnold, René

□□: SSV Erfurt 02

□□: 163

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:36:14

□□: 12.47 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 111 (of 552)

□□□□□/□: 104 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 15(of 59)

□□□□□□□: 1:15:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	50:11	5:01	17	10:54	119	11:37	10.00	50:11	5:01	17	10:54	119	11:37
□□	10.00	46:03	4:36	11	9:46	88	10:43	20.00	1:36:14	4:48	15	20:40	104	22:20