



# 26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Rahimi, Nawid

□□: Ki&JuDorf Regenbogen

□□: 253

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

männliche Jugend U18 (16-17 Jahre)

□□□: 1:36:55

□□: 12.38 km/h

□□□□: 4:51 min/km

□□□□□/□□□: 116 (of 552)

□□□□□/□: 107 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 1:25:54

□□□□

□□□□

□□□

| □□□   | □□    | □□    | □□     | □□ | □□   | □□  | □□    | □□□   | □□□     | □□□    | □□ | □□    | □□  | □□    |
|-------|-------|-------|--------|----|------|-----|-------|-------|---------|--------|----|-------|-----|-------|
|       | km    | □□    | min/km | -  | -    | □   | □     | km    | □□      | min/km | -  | -     | □   | □     |
| 10 km | 10.00 | 49:21 | 4:56   | 3  | 5:06 | 104 | 10:47 | 10.00 | 49:21   | 4:56   | 3  | 5:06  | 104 | 10:47 |
| □□    | 10.00 | 47:34 | 4:45   | 3  | 5:55 | 113 | 12:14 | 20.00 | 1:36:55 | 4:50   | 3  | 11:01 | 107 | 23:01 |