



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

König, Olaf

□□: GutsMuths RSLV

□□: 639

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:38:05

□□: 12.23 km/h

□□□□: 4:54 min/km

□□□□□/□□□: 126 (of 552)

□□□□□/□: 117 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 17(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	50:22	5:02	19	7:54	120	11:48	10.00	50:22	5:02	19	7:54	120	11:48
□□	10.00	47:43	4:46	18	7:51	117	12:23	20.00	1:38:05	4:54	17	15:26	117	24:11