



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Schuhmann, Swen

□□: Laufkundschaft

□□: 633

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:40:07

□□: 11.99 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 144 (of 552)

□□□□□/□: 133 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 21(of 59)

□□□□□□□: 1:15:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	50:56	5:05	21	11:39	131	12:22	10.00	50:56	5:05	21	11:39	131	12:22
□□	10.00	49:11	4:55	22	12:54	137	13:51	20.00	1:40:07	5:00	21	24:33	133	26:13