



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Quick, Henrich

□□: 50Hertz

□□: 512

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:40:50

□□: 11.90 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 153 (of 552)

□□□□□/□: 141 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 24(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	52:17	5:13	27	9:49	170	13:43	10.00	52:17	5:13	27	9:49	170	13:43
□□	10.00	48:33	4:51	20	8:41	126	13:13	20.00	1:40:50	5:02	24	18:11	141	26:56