



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Krannich, Steffen

□□: Beachvolleyball Club Altenfeld

□□: 605

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:41:08

□□: 11.87 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 157 (of 552)

□□□□□/□: 144 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 25(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	51:09	5:06	23	8:41	137	12:35	10.00	51:09	5:06	23	8:41	137	12:35
□□	10.00	49:59	4:59	30	10:07	163	14:39	20.00	1:41:08	5:03	25	18:29	144	27:14