



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Hermann, Maik

□□: GutsMuths RSLV

□□: 32

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:40:59

□□: 11.88 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□□□□/□□□: 155 (of 552)

□□□□□/□: 142 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 31(of 61)

□□□□□□□: 1:15:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	53:20	5:20	39	13:45	190	14:46	10.00	53:20	5:20	39	13:45	190	14:46
□□	10.00	47:39	4:45	28	11:15	115	12:19	20.00	1:40:59	5:02	31	25:00	142	27:05