



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Thoma, Manfred

□□: LG Rippershausen

□□: 441

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:42:20

□□: 11.73 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 175 (of 552)

□□□□□/□: 161 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 3(of 16)

□□□□□□□: 1:40:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	53:19	5:19	3	1:38	189	14:45	10.00	53:19	5:19	3	1:38	189	14:45
□□	10.00	49:01	4:54	2	0:39	134	13:41	20.00	1:42:20	5:06	3	2:17	161	28:26