



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Rabe, Stephan

□□: Laufkundschaft

□□: 634

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:42:55

□□: 11.66 km/h

□□□□: 5:09 min/km

□□□□□/□□□: 187 (of 552)

□□□□□/□: 171 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 28(of 59)

□□□□□□□: 1:15:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	53:30	5:20	30	14:13	194	14:56	10.00	53:30	5:20	30	14:13	194	14:56
□□	10.00	49:25	4:56	24	13:08	140	14:05	20.00	1:42:55	5:08	28	27:21	171	29:01