



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Jüngling, Bernd

□□: Laufrausch Rudolstadt

□□: 116

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:42:48

□□: 11.67 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 181 (of 552)

□□□□□/□: 166 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 27(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	53:08	5:18	30	10:40	185	14:34	10.00	53:08	5:18	30	10:40	185	14:34
□□	10.00	49:40	4:58	25	9:48	152	14:20	20.00	1:42:48	5:08	27	20:09	166	28:54