



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Dreßel, Stefan

□□: Bad Rodach

□□: 127

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:44:03

□□: 11.53 km/h

□□□□: 5:12 min/km

□□□□□/□□□: 198 (of 552)

□□□□□/□: 180 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 30(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	54:21	5:26	36	11:53	206	15:47	10.00	54:21	5:26	36	11:53	206	15:47
□□	10.00	49:42	4:58	26	9:50	153	14:22	20.00	1:44:03	5:12	30	21:24	180	30:09