



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Varga, Sven

□□: Ilmkniee

□□: 392

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:44:39

□□: 11.47 km/h

□□□□: 5:14 min/km

□□□□□/□□□: 207 (of 552)

□□□□□/□: 188 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 33(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	53:59	5:23	33	11:31	200	15:25	10.00	53:59	5:23	33	11:31	200	15:25
□□	10.00	50:40	5:03	32	10:48	178	15:20	20.00	1:44:39	5:13	33	22:00	188	30:45