



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Stock, Thomas

□□□: 1:45:12

□□: Erfurt

□□: 11.41 km/h

□□: 352

□□□□: 5:16 min/km

□□: 20.00 km

□□□□□/□□□: 212 (of 552)

20km Strecke

□□□□□/□: 192 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□:

□□□□□: 31(of 59)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 1:15:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	54:40	5:28	36	15:23	213	16:06	10.00	54:40	5:28	36	15:23	213	16:06
□□	10.00	50:32	5:03	29	14:15	175	15:12	20.00	1:45:12	5:15	31	29:38	192	31:18