



26. Rennsteig Herbstlauf  
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Schau, Wilfried

□□: Jena

□□: 488

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:45:35

□□: 11.37 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 217 (of 552)

□□□□□/□: 197 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 19(of 51)

□□□□□□□: 1:18:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	53:06	5:18	17	12:54	184	14:32	10.00	53:06	5:18	17	12:54	184	14:32
□□	10.00	52:29	5:14	23	13:48	214	17:09	20.00	1:45:35	5:16	19	26:42	197	31:41