



# 26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Lücke, Michael

□□: ostwest-express

□□: 94

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:46:40

□□: 11.25 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 227 (of 552)

□□□□□/□: 205 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 43(of 61)

□□□□□□□: 1:15:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	53:05	5:18	38	13:30	183	14:31	10.00	53:05	5:18	38	13:30	183	14:31
□□	10.00	53:35	5:21	47	17:11	233	18:15	20.00	1:46:40	5:20	43	30:41	205	32:46