



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Vetter, Jens

□□: Laufrausch Rudolstad

□□: 332

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:48:30

□□: 11.06 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 256 (of 552)

□□□□□/□: 230 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 39(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	54:51	5:29	38	12:23	218	16:17	10.00	54:51	5:29	38	12:23	218	16:17
□□	10.00	53:39	5:21	39	13:47	236	18:19	20.00	1:48:30	5:25	39	25:51	230	34:36