



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Beck, Andreas

□□: LSV Lok Arnstadt

□□: 518

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:50:40

□□: 10.84 km/h

□□□□: 5:32 min/km

□□□□□/□□□: 294 (of 552)

□□□□□/□: 255 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 11(of 28)

□□□□□□□: 1:23:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	57:13	5:43	12	13:58	275	18:39	10.00	57:13	5:43	12	13:58	275	18:39
□□	10.00	53:27	5:20	9	12:57	229	18:07	20.00	1:50:40	5:31	11	26:55	255	36:46