



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Fasold, Frank

□□: FC

□□: 29

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:51:47

□□: 10.74 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 309 (of 552)

□□□□□/□: 267 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 43(of 59)

□□□□□□□: 1:15:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	57:50	5:46	45	18:33	288	19:16	10.00	57:50	5:46	45	18:33	288	19:16
□□	10.00	53:57	5:23	40	17:40	245	18:37	20.00	1:51:47	5:35	43	36:13	267	37:53