



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Christ, Rolf

□□: KO Hartha

□□: 17

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 1:53:11

□□: 10.60 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 329 (of 552)

□□□□□/□: 284 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 1:46:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	58:33	5:51	3	4:03	301	19:59	10.00	58:33	5:51	3	4:03	301	19:59
□□	10.00	54:38	5:27	4	2:44	260	19:18	20.00	1:53:11	5:39	3	6:47	284	39:17