



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Lohrmann, Ralf

□□: Kirchberg

□□: 202

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:53:28

□□: 10.58 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 333 (of 552)

□□□□□/□: 288 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 43(of 56)

□□□□□□□: 1:16:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	59:34	5:57	48	20:16	319	21:00	10.00	59:34	5:57	48	20:16	319	21:00
□□	10.00	53:54	5:23	36	16:55	244	18:34	20.00	1:53:28	5:40	43	37:11	288	39:34