



# 26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Schrodt, Freddy

□□: Simply The Rest

□□: 318

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:54:50

□□: 10.45 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 352 (of 552)

□□□□□/□: 300 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 56(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	59:53	5:59	61	17:25	326	21:19	10.00	59:53	5:59	61	17:25	326	21:19
□□	10.00	54:57	5:29	48	15:05	271	19:37	20.00	1:54:50	5:44	56	32:11	300	40:56