



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Haak, Ralf

□□: Weimar

□□: 12

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:55:55

□□: 10.35 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 365 (of 552)

□□□□□/□: 307 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 37(of 51)

□□□□□□□: 1:18:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	58:44	5:52	34	18:32	304	20:10	10.00	58:44	5:52	34	18:32	304	20:10
□□	10.00	57:11	5:43	38	18:30	308	21:51	20.00	1:55:55	5:47	37	37:02	307	42:01