



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Jäger, Gerd

□□: Suhler Döllberg e.V.

□□: 539

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:56:01

□□: 10.34 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 366 (of 552)

□□□□□/□: 308 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 38(of 51)

□□□□□□□: 1:18:53

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| 10 km | 10.00 | 59:15 | 5:55 | 35 | 19:03 | 316 | 20:41 | 10.00 | 59:15 | 5:55 | 35 | 19:03 | 316 | 20:41 |
| □□ | 10.00 | 56:46 | 5:40 | 37 | 18:05 | 302 | 21:26 | 20.00 | 1:56:01 | 5:48 | 38 | 37:08 | 308 | 42:07 |