



# 26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

## Heß, Torsten

□□: LG Rippershausen

□□: 416

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:22:39

□□: 14.52 km/h

□□□□: 4:08 min/km

□□□□□/□□□: 13 (of 552)

□□□□□/□: 13 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 1(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	42:47	4:16	2	0:19	16	4:13	10.00	42:47	4:16	2	0:19	16	4:13
□□	10.00	39:52	3:59	1	-	13	4:32	20.00	1:22:39	4:07	1	-	13	8:45