



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Recknagel, Michael

□□: Eintracht Altersbach

□□: 5

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:57:35

□□: 10.21 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 381 (of 552)

□□□□□/□: 319 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 49(of 59)

□□□□□□□: 1:15:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	53:57	5:23	32	14:40	198	15:23	10.00	53:57	5:23	32	14:40	198	15:23
□□	10.00	1:03:38	6:21	56	27:21	366	28:18	20.00	1:57:35	5:52	49	42:01	319	43:41