



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Arndt, Joachim

□□: GutsMuths RSLV

□□: 174

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:05:38

□□: 9.55 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 468 (of 552)

□□□□□/□: 366 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 22(of 28)

□□□□□□□: 1:23:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	1:03:27	6:20	24	20:12	371	24:53	10.00	1:03:27	6:20	24	20:12	371	24:53
□□	10.00	1:02:11	6:13	22	21:41	360	26:51	20.00	2:05:38	6:16	22	41:53	366	51:44