



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Arnold, Dirk

□□: Suhl

□□: 225

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:06:07

□□: 9.51 km/h

□□□□: 6:19 min/km

□□□□□/□□□: 474 (of 552)

□□□□□/□: 367 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 43(of 51)

□□□□□□□: 1:18:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	1:03:31	6:21	44	23:19	372	24:57	10.00	1:03:31	6:21	44	23:19	372	24:57
□□	10.00	1:02:36	6:15	43	23:55	362	27:16	20.00	2:06:07	6:18	43	47:14	367	52:13