



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Planke, Heike

□□: Ilmenau

□□: 485

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:09:54

□□: 9.24 km/h

□□□□: 6:30 min/km

□□□□□/□□□: 493 (of 552)

□□□□□/□: 115 (of 147)

□□□□□□: 1:23:47

□□□□□: 29(of 33)

□□□□□□□: 1:31:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	59:50	5:59	17	13:34	64	16:56	10.00	59:50	5:59	17	13:34	64	16:56
□□	10.00	1:10:04	7:00	30	24:31	130	29:13	20.00	2:09:54	6:29	29	38:05	115	46:07