



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Freitag, Roman

□□: Kath. Laufjugend ARN

□□: 363

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:23:57

□□: 14.29 km/h

□□□□: 4:12 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 552)

□□□□□/□: 19 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 7(of 61)

□□□□□□□: 1:15:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	43:11	4:19	10	3:36	21	4:37	10.00	43:11	4:19	10	3:36	21	4:37
□□	10.00	40:46	4:04	7	4:22	20	5:26	20.00	1:23:57	4:11	7	7:58	19	10:03