



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Heinz, Christian

□□: Geraberg

□□: 216

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:29:49

□□: 8.01 km/h

□□□□: 7:29 min/km

□□□□□/□□□: 550 (of 552)

□□□□□/□: 405 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 76(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	1:14:36	7:27	76	32:08	405	36:02	10.00	1:14:36	7:27	76	32:08	405	36:02
□□	10.00	1:15:13	7:31	76	35:21	402	39:53	20.00	2:29:49	7:29	76	1:07:10	405	1:15:55