



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Müller, Jens

□□: WSV 08 Lauscha

□□: 424

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:24:22

□□: 14.22 km/h

□□□□: 4:13 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 552)

□□□□□/□: 20 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 3(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
10 km	10.00	43:33	4:21	3	1:05	24	4:59	10.00	43:33	4:21	3	1:05	24	4:59
□□	10.00	40:49	4:04	4	0:57	21	5:29	20.00	1:24:22	4:13	3	1:43	20	10:28