



26. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 02.10.2016

□□□□

Schönborn, Frank

□□: Lauffreunde Gotha

□□: 467

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:26:19

□□: 13.90 km/h

□□□□: 4:19 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 552)

□□□□□/□: 30 (of 405)

□□□□□□: 1:13:54

□□□□□: 5(of 76)

□□□□□□□: 1:22:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
10 km	10.00	44:17	4:25	4	1:49	31	5:43	10.00	44:17	4:25	4	1:49	31	5:43
□□	10.00	42:02	4:12	5	2:10	26	6:42	20.00	1:26:19	4:18	5	3:40	30	12:25