



18. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 18.06.2016

□□□□

X-Runners Mix

□□: 194

□□: 168.90 km

Blankenstein-Hörschel

□□□□:

Mixstaffel

□□□: 13:24:39

□□: 12.53 km/h

□□□□: 4:46 min/km

□□□□□: 29 (of 230)

□□□□□□: 10:30:45

□□□□□: 5 (of 75)

□□□□□□□: 11:40:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□	□□
Grumbach	17.60	1:22:37	4:41	16	11:59	47	19:09	17.60	1:22:37	4:41	16	11:59	231	19:09
Schildwiese	18.60	1:15:39	4:04	7	7:35	15	7:35	36.20	2:38:16	4:22	7	16:32	231	24:20
Neuhaus	16.00	1:24:57	5:18	12	17:06	93	25:40	52.20	4:03:13	4:39	9	22:12	231	49:26
Masserberg	17.30	1:34:24	5:27	35	23:57	132	29:40	69.50	5:37:37	4:51	10	46:09	231	1:17:20
Allzunah	17.90	1:13:30	4:06	2	5:30	7	5:30	87.40	6:51:07	4:42	6	43:52	231	1:20:08
Grenzdler	20.00	1:23:37	4:10	6	9:18	20	11:30	107.40	8:14:44	4:36	5	53:10	231	1:31:38
Neue Ausspanne	13.70	1:11:12	5:11	12	15:59	81	21:46	121.10	9:25:56	4:40	6	1:02:29	231	1:53:24
Kleiner Inselsber	13.90	1:23:21	5:59	45	28:29	171	34:28	135.00	10:49:17	4:48	6	1:25:38	231	2:26:20
Hohe Sonne	18.90	1:22:44	4:22	8	13:12	24	13:12	153.90	12:12:01	4:45	5	1:35:08	230	2:37:19
Hörschel	15.00	1:12:38	4:50	11	9:22	66	22:20	168.90	13:24:39	4:45	5	1:44:30	29	2:53:54