



27. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 01.10.2017

□□□□

Ruhland, Martin

□□: Lengenfeld unterm Stein

□□: 533

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:39:45

□□: 12.03 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 141 (of 528)

□□□□□/□: 134 (of 390)

□□□□□□: 1:09:23

□□□□□: 12(of 45)

□□□□□□□: 1:17:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	10.00	50:24	5:02	10	10:33	123	14:53	10.00	50:24	5:02	10	10:33	123	14:53
□□□ □□	10.00	49:21	4:56	13	11:17	146	15:29	20.00	1:39:45	4:59	12	21:50	134	30:22