



27. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 01.10.2017

□□□□

Staab, Alexander

□□: SV Tricity Darmstadt

□□: 422

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:43:13

□□: 11.63 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 191 (of 528)

□□□□□/□: 179 (of 390)

□□□□□□: 1:09:23

□□□□□: 24(of 65)

□□□□□□□: 1:10:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 10.00 | 54:59 | 5:29 | 33 | 18:34 | 220 | 19:28 | 10.00 | 54:59 | 5:29 | 33 | 18:34 | 220 | 19:28 |
| □□□ □□ | 10.00 | 48:14 | 4:49 | 18 | 13:58 | 129 | 14:22 | 20.00 | 1:43:13 | 5:09 | 24 | 32:32 | 179 | 33:50 |