



27. Rennsteig Herbstlauf
 Masserberg / 01.10.2017

□□□□

Lemuth, Hans-Martin

□□: Laufreunde Metzels

□□: 268

□□: 20.00 km

20km Strecke

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:48:20

□□: 11.08 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 249 (of 528)

□□□□□/□: 224 (of 390)

□□□□□□: 1:09:23

□□□□□: 6(of 14)

□□□□□□□: 1:28:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	10.00	56:47	5:40	6	11:00	255	21:16	10.00	56:47	5:40	6	11:00	255	21:16
□□□ □□	10.00	51:33	5:09	4	8:35	201	17:41	20.00	1:48:20	5:24	6	19:35	224	38:57