



19. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 24.06.2017

□□□□

LAUF MIT BLEIB FIT

□□□: 15:55:17

□□: 552

□□: 10.55 km/h
□□□□: 5:40 min/km

□□: 168.90 km

Blankenstein-Hörschel

□□□□□: 158 (of 233)

□□□□□□: 10:53:15

□□□□:

□□□□□: 36(of 69)

Mixstaffel

□□□□□□□: 11:51:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Grumbach	17.60	1:41:59	5:47	42	33:01	172	34:47	17.60	1:41:59	5:47	42	33:01	233	34:47
Schildwiese	18.58	1:42:10	5:29	50	33:12	174	34:44	36.18	3:24:09	5:38	43	1:06:13	233	1:09:13
Neuhaus	13.54	1:07:51	5:00	4	6:42	43	17:19	49.72	4:32:00	5:28	29	58:00	233	1:21:14
Masserberg	19.86	1:59:25	6:00	46	40:36	172	42:05	69.58	6:31:25	5:37	34	1:38:16	233	2:03:19
Allzunah	17.89	1:51:36	6:14	55	37:26	187	41:03	87.47	8:23:01	5:45	41	2:15:08	233	2:44:22
Grenzdler	19.96	1:33:58	4:42	20	23:13	60	23:13	107.43	9:56:59	5:33	32	2:33:56	232	3:01:41
Neue Ausspanne	13.68	1:18:38	5:44	31	17:01	130	30:57	121.11	11:15:37	5:34	32	2:49:59	232	3:27:52
Kleiner Inselsber	13.90	1:27:36	6:18	48	32:45	191	35:12	135.01	12:43:13	5:39	35	3:15:12	232	4:03:04
Hohe Sonne	18.94	1:44:58	5:32	41	34:00	151	36:41	153.95	14:28:11	5:38	35	3:39:12	228	4:30:05
Hörschel	15.02	1:27:06	5:47	36	27:00	160	34:05	168.90	15:55:17	5:39	36	4:03:23	158	5:02:02