



21. Rennsteig-Staffellauf

Hörschel bis Blankenstein / 22.06.2019

□□□□

fit & run Irrläufer

□□□: 14:56:48

□□: 542

□□: 11.24 km/h

□□□□: 5:19 min/km

□□: 168.97 km

Hörschel-Blankenstein

□□□□□: 71 (of 225)

□□□□□□: 10:38:22

□□□□:

□□□□□: 13(of 66)

Mixstaffel

□□□□□□□: 11:54:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
Hohe Sonne	15.02	1:11:51	4:47	14	10:38	53	19:54	15.02	1:11:51	4:47	14	10:38	222 19:54
Kleiner Inselsber	18.94	1:55:49	6:06	45	32:12	171	39:37	33.96	3:07:40	5:31	30	40:41	222 57:59
Neue Ausspanne	13.90	1:19:14	5:42	18	14:14	122	32:00	47.86	4:26:54	5:34	27	54:38	225 1:29:59
Grenzdler	13.68	1:07:14	4:54	4	4:08	40	14:11	61.54	5:34:08	5:25	16	51:51	225 1:44:10
Allzunah	19.96	1:49:42	5:29	38	37:15	152	37:15	81.50	7:23:50	5:26	17	1:25:46	223 2:15:42
Masserberg	17.89	1:35:10	5:19	15	32:13	71	32:13	99.39	8:59:00	5:25	14	1:42:00	89 2:43:00
Neuhaus	19.86	1:45:53	5:19	26	35:31	99	35:31	119.25	10:44:53	5:24	13	2:16:38	225 3:05:40
Schildwiese	13.54	1:23:34	6:10	51	22:14	186	41:56	132.79	12:08:27	5:29	15	2:38:46	225 3:40:20
Grumbach	18.58	1:32:33	4:58	16	22:51	75	27:19	151.37	13:41:00	5:25	13	3:01:37	92 4:07:25
Blankenstein	17.60	1:15:48	4:18	3	2:19	21	12:04	168.97	14:56:48	5:18	13	3:01:52	71 4:18:26