



Helbing King of Cross
Mühlberg / 01.11.2015

Exploitation détaillée

Kleinsorg, Frank

Association: Trailrunning Harz - Helios Team
Dossard: 608

Circuit: 16.00 km
Expert

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:17:46

Vitesse: 12.34 km/h
Kilométrage: 4:52 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 304)
Place par parcours/Hommes: 10 (de 252)
Meilleur temps dans le parcours: 1:05:10

Place par catégorie: 1(de 35)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:17:46

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape							Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm				
Himmelsleiter +	-	1:26	-	2	0:01	11	0:24	-	1:26	-	2	0:01	11	0:24				
Himmelsleiter +	-	3:01	-	1	-	10	0:29	-	4:27	-	1	-	9	0:53				
Nordwand + Dov	-	4:19	-	1	-	7	0:36	-	8:46	-	1	-	9	1:29				
Nordwand + Dov	-	1:21	-	1	-	7	0:12	-	10:07	-	1	-	9	1:39				
Duckmäuser Eins	-	12:41	-	1	-	7	2:01	-	22:48	-	1	-	7	3:32				
Duckmäuser Aus	-	0:20	-	1	-	26	0:07	-	23:08	-	1	-	7	3:38				
Pneumant Einstie	-	0:26	-	2	0:02	15	0:12	-	23:34	-	1	-	7	3:42				
Pneumant Aussti	-	0:05	-	3	0:03	22	0:04	-	23:39	-	1	-	7	3:41				
Heuschnupfen Ei	-	8:53	-	1	-	10	1:34	-	32:32	-	1	-	7	5:15				
Heuschnupfen Ai	-	0:06	-	6	0:01	50	0:02	-	32:38	-	1	-	7	5:17				
Schlammbowle E	-	2:04	-	1	-	11	0:21	-	34:42	-	1	-	7	5:37				
Schlammbowle A	-	0:46	-	1	-	21	0:12	-	35:28	-	1	-	7	5:48				
Himmelsleiter +	-	3:24	-	1	-	12	0:41	-	38:52	-	1	-	7	6:22				
Himmelsleiter +	-	3:25	-	1	-	11	0:38	-	42:17	-	1	-	7	6:54				
Nordwand + Dov	-	4:43	-	1	-	10	0:45	-	47:00	-	1	-	7	7:36				
Nordwand + Dov	-	1:25	-	1	-	11	0:21	-	48:25	-	1	-	7	7:50				
Duckmäuser Eins	-	13:09	-	2	12:52	11	12:52	-	1:01:34	-	1	-	7	10:10				
Duckmäuser Aus	-	0:22	-	5	0:10	47	0:11	-	1:01:56	-	1	-	7	10:19				
Pneumant Einstie	-	0:25	-	2	0:05	11	0:05	-	1:02:21	-	1	-	7	10:24				
Pneumant Aussti	-	0:04	-	2	0:01	16	0:02	-	1:02:25	-	1	-	7	10:26				
Heuschnupfen Ei	-	8:56	-	1	-	9	1:35	-	1:11:21	-	1	-	7	12:01				
Heuschnupfen Ai	-	0:05	-	1	-	9	0:01	-	1:11:26	-	1	-	7	12:02				
Schlammbowle E	-	2:04	-	1	-	13	0:23	-	1:13:30	-	1	-	7	12:24				
Schlammbowle A	-	0:47	-	2	0:03	16	0:13	-	1:14:17	-	1	-	7	12:35				
Sportplatz Mühlb	8.00	3:29	-	1	-	11	0:18	16.00	1:17:46	4:51	1	-	10	12:36				