



# King of Cross - Crosslauf Erfurt 2014

Erfurt / 26.10.2014

□□□□

Ludewig, Heiko

□□: LTV Erfurt e.V.

□□: 1034

□□: 15.00 km

Mitteldistanz

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:04:04

□□: 14.05 km/h

□□□□: 04:16 min/km

□□□□□/□□□: 1 (of 54)

□□□□□/□: 1 (of 45)

□□□□□□: 1:04:04

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 1:04:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwedenschanz	-	5:26	-	1	-	1	-	-	5:26	-	1	-	35	
Schwedenschanz	-	1:09	-	4	0:09	22	0:14	-	6:35	-	1	-	35	
Schlammkuß Ein	-	7:13	-	1	-	1	-	-	13:48	-	1	-	35	
Schlammkuß Aus	-	0:07	-	2	0:02	14	0:03	-	13:55	-	1	-	35	
Reifenstapel Eins	-	3:17	-	1	-	1	-	-	17:12	-	1	-	35	
Reifenstapel Aus	-	0:11	-	5	0:04	29	0:05	-	17:23	-	1	-	35	
Bahngleise Einsti	-	7:40	-	1	-	1	-	-	25:03	-	1	-	35	
Bahngleise Ausst	-	1:01	-	1	-	1	-	-	26:04	-	1	-	35	
Wassergraben Ei	-	1:58	-	1	-	1	-	-	28:02	-	1	-	35	
Wassergraben Ai	-	0:20	-	1	-	2	0:02	-	28:22	-	1	-	35	
Zwischenzeit Ru	-	3:49	-	1	-	1	-	-	32:11	-	1	-	35	
Schwedenschanz	-	5:56	-	1	-	1	-	-	38:07	-	1	-	35	
Schwedenschanz	-	0:52	-	1	-	1	-	-	38:59	-	1	-	35	
Schlammkuß Ein	-	7:08	-	1	-	1	-	-	46:07	-	1	-	35	
Schlammkuß Aus	-	0:06	-	2	0:01	12	0:02	-	46:13	-	1	-	35	
Reifenstapel Eins	-	3:26	-	1	-	1	-	-	49:39	-	1	-	35	
Reifenstapel Aus	-	0:09	-	3	0:02	18	0:04	-	49:48	-	1	-	35	
Bahngleise Einsti	-	7:46	-	1	-	1	-	-	57:34	-	1	-	35	
Bahngleise Ausst	-	0:59	-	1	-	3	0:02	-	58:33	-	1	-	35	
Wassergraben Ei	-	1:35	-	1	-	1	-	-	1:00:08	-	1	-	35	
Wassergraben Ai	-	0:20	-	1	-	1	-	-	1:00:28	-	1	-	35	
Blumenstraße	15.00	3:36	-	1	-	1	-	15.00	1:04:04	4:16	1	-	1	-