



King of Cross - Crosslauf Erfurt 2014

Erfurt / 26.10.2014

□□□□

Thiele, Sebastian

□□: Getting Tough e.V.

□□: 1019

□□: 15.00 km

Mitteldistanz

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:17:34

□□: 11.60 km/h

□□□□: 05:10 min/km

□□□□□/□□□□: 3 (of 54)

□□□□□/□: 3 (of 45)

□□□□□□: 1:04:04

□□□□□: 2(of 9)

□□□□□□□: 1:10:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwedenschanz	-	6:16	-	2	0:34	5	0:50	-	6:16	-	2	0:34	26		
Schwedenschanz	-	0:59	-	2	0:04	3	0:04	-	7:15	-	2	0:38	27		
Schlammkuß Ein	-	8:25	-	2	0:45	3	1:12	-	15:40	-	2	1:23	26		
Schlammkuß Aus	-	0:05	-	1	-	2	0:01	-	15:45	-	2	1:21	26		
Reifenstapel Eins	-	4:07	-	2	0:17	3	0:50	-	19:52	-	2	1:38	26		
Reifenstapel Aus	-	0:08	-	2	0:01	8	0:02	-	20:00	-	2	1:39	27		
Bahngleise Einsti	-	9:14	-	2	0:52	4	1:34	-	29:14	-	2	2:31	26		
Bahngleise Ausst	-	1:03	-	2	0:01	4	0:02	-	30:17	-	2	2:32	27		
Wassergraben Ei	-	1:59	-	1	-	2	0:01	-	32:16	-	2	2:28	27		
Wassergraben Ai	-	0:23	-	2	0:03	5	0:05	-	32:39	-	2	2:28	27		
Zwischenzeit Rur	-	5:29	-	4	1:10	21	1:40	-	38:08	-	2	3:38	27		
Schwedenschanz	-	7:35	-	3	0:28	6	1:39	-	45:43	-	2	4:06	27		
Schwedenschanz	-	0:58	-	1	-	3	0:06	-	46:41	-	2	4:06	27		
Schlammkuß Ein	-	8:53	-	2	0:53	5	1:45	-	55:34	-	2	4:59	27		
Schlammkuß Aus	-	0:05	-	2	0:01	3	0:01	-	55:39	-	2	4:59	27		
Reifenstapel Eins	-	4:23	-	3	0:23	5	0:57	-	1:00:02	-	2	5:22	27		
Reifenstapel Aus	-	0:06	-	1	-	2	0:01	-	1:00:08	-	2	5:21	27		
Bahngleise Einsti	-	9:21	-	2	1:01	5	1:35	-	1:09:29	-	2	6:22	27		
Bahngleise Ausst	-	0:58	-	1	-	2	0:01	-	1:10:27	-	2	6:16	27		
Wassergraben Ei	-	2:00	-	1	-	2	0:25	-	1:12:27	-	2	6:14	27		
Wassergraben Ai	-	0:25	-	2	0:03	7	0:05	-	1:12:52	-	2	6:17	27		
Blumenstraße	15.00	4:42	-	3	0:45	11	1:06	15.00	1:17:34	5:10	2	7:02	3	13:30	