



King of Cross - Crosslauf Erfurt 2014

Erfurt / 26.10.2014

□□□□

Quester, Marcus

□□: Trailrunner Wachsenburg

□□: 1024

□□: 15.00 km

Mitteldistanz

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:27:58

□□: 10.23 km/h

□□□□: 05:52 min/km

□□□□□/□□□□: 21 (of 54)

□□□□□/□: 21 (of 45)

□□□□□□: 1:04:04

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 1:17:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwedenschanz	-	6:59	-	3	0:43	16	1:33	-	6:59	-	5	0:43	44		
Schwedenschanz	-	1:04	-	2	0:06	8	0:09	-	8:03	-	5	0:49	44		
Schlammkuß Ein	-	9:12	-	3	0:46	11	1:59	-	17:15	-	5	1:35	44		
Schlammkuß Aus	-	0:07	-	3	0:02	14	0:03	-	17:22	-	5	1:37	44		
Reifenstapel Eins	-	4:26	-	3	0:19	15	1:09	-	21:48	-	5	1:56	44		
Reifenstapel Aus	-	0:09	-	3	0:02	12	0:03	-	21:57	-	5	1:58	44		
Bahngleise Einsti	-	10:27	-	4	1:22	20	2:47	-	32:24	-	5	3:10	44		
Bahngleise Ausst	-	1:16	-	4	0:14	23	0:15	-	33:40	-	5	3:24	44		
Wassergraben Ei	-	2:12	-	4	0:13	16	0:14	-	35:52	-	5	3:37	44		
Wassergraben Ai	-	0:26	-	5	0:08	23	0:08	-	36:18	-	5	3:40	44		
Zwischenzeit Rur	-	4:55	-	3	0:04	6	1:06	-	41:13	-	5	3:03	44		
Schwedenschanz	-	9:04	-	7	1:25	27	3:08	-	50:17	-	5	3:32	44		
Schwedenschanz	-	1:14	-	6	0:19	26	0:22	-	51:31	-	5	3:51	44		
Schlammkuß Ein	-	10:16	-	5	1:55	21	3:08	-	1:01:47	-	5	5:46	44		
Schlammkuß Aus	-	0:06	-	2	0:01	12	0:02	-	1:01:53	-	5	5:47	44		
Reifenstapel Eins	-	5:03	-	5	1:08	22	1:37	-	1:06:56	-	5	6:55	44		
Reifenstapel Aus	-	0:10	-	4	0:05	26	0:05	-	1:07:06	-	5	7:00	44		
Bahngleise Einsti	-	11:22	-	5	2:07	24	3:36	-	1:18:28	-	5	9:00	44		
Bahngleise Ausst	-	1:21	-	5	0:24	26	0:24	-	1:19:49	-	5	9:24	44		
Wassergraben Ei	-	2:24	-	5	0:23	18	0:49	-	1:22:13	-	5	9:47	44		
Wassergraben Ai	-	0:32	-	6	0:11	30	0:12	-	1:22:45	-	5	9:58	44		
Blumenstraße	15.00	5:13	-	5	0:56	24	1:37	15.00	1:27:58	5:51	5	10:24	21	23:54	