



# King of Cross - Crosslauf Erfurt 2014

Erfurt / 26.10.2014

0000

Wilschewski, Heidi

00: Fitness-Studio am Südpark

00: 1017

00: 15.00 km

Mitteldistanz

0000:

Frauen (20-29 Jahre)

000: 1:30:35

00: 9.94 km/h

0000: 06:02 min/km

00000/0000: 25 (of 54)

00000/0: 2 (of 9)

000000: 1:28:47

00000: 2(of 8)

0000000: 1:28:47

0000

0000

000

000	00 km	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Schwedenschanz	-	7:23	-	1	-	1	-	7:23	-	2	-	2
Schwedenschanz	-	1:10	-	2	0:02	2	0:02	8:33	-	2	-	2
Schlammkuß Ein	-	9:55	-	1	-	1	-	18:28	-	2	-	2
Schlammkuß Aus	-	0:06	-	1	-	1	-	18:34	-	2	-	2
Reifenstapel Eins	-	4:38	-	1	-	1	-	23:12	-	2	-	2
Reifenstapel Aus	-	0:12	-	2	0:01	2	0:01	23:24	-	2	-	2
Bahngleise Einsti	-	10:35	-	1	-	1	-	33:59	-	2	-	2
Bahngleise Ausst	-	1:17	-	1	-	1	-	35:16	-	2	-	2
Wassergraben Ei	-	2:22	-	2	0:07	2	0:07	37:38	-	2	-	2
Wassergraben Ai	-	0:25	-	1	-	1	-	38:03	-	2	-	2
Zwischenzeit Rur	-	5:32	-	2	0:15	2	0:15	43:35	-	2	-	2
Schwedenschanz	-	8:47	-	2	0:37	2	0:37	52:22	-	2	0:15	2 0:15
Schwedenschanz	-	1:14	-	2	0:06	2	0:06	53:36	-	2	0:21	2 0:21
Schlammkuß Ein	-	10:24	-	2	0:13	2	0:13	1:04:00	-	2	0:34	2 0:34
Schlammkuß Aus	-	0:07	-	2	0:01	3	0:01	1:04:07	-	2	0:33	2 0:33
Reifenstapel Eins	-	5:11	-	2	0:14	2	0:14	1:09:18	-	2	0:47	2 0:47
Reifenstapel Aus	-	0:09	-	1	-	1	-	1:09:27	-	2	0:46	2 0:46
Bahngleise Einsti	-	11:06	-	2	0:18	2	0:18	1:20:33	-	2	1:04	2 1:04
Bahngleise Ausst	-	1:25	-	3	0:03	3	0:03	1:21:58	-	2	1:06	2 1:06
Wassergraben Ei	-	2:42	-	3	0:16	3	0:16	1:24:40	-	2	1:22	2 1:22
Wassergraben Ai	-	0:33	-	3	0:04	4	0:05	1:25:13	-	2	1:25	2 1:25
Blumenstraße	15.00	5:22	-	3	0:23	3	0:23	15.00 1:30:35	6:02	2	1:48	2 1:48