



# King of Cross - Crosslauf Erfurt 2014

Erfurt / 26.10.2014

□□□□

Nimmrichter, Sascha

□□□: 1:38:39

□□: Erfurt

□□: 9.12 km/h

□□: 1014

□□□□: 06:35 min/km

□□: 15.00 km

□□□□□/□□□□: 36 (of 54)

Mitteldistanz

□□□□□/□: 32 (of 45)

□□□□□□: 1:04:04

□□□□:

□□□□□: 10(of 16)

Männer (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 1:19:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwedenschanz	-	7:55	-	10	1:45	32	2:29	-	7:55	-	10	1:45	10	
Schwedenschanz	-	1:17	-	12	0:16	38	0:22	-	9:12	-	10	2:01	10	
Schlammkuß Ein	-	11:14	-	12	2:27	37	4:01	-	20:26	-	10	4:28	10	0:06
Schlammkuß Aus	-	0:16	-	16	0:12	44	0:12	-	20:42	-	10	4:38	10	0:15
Reifenstapel Eins	-	5:17	-	12	1:00	36	2:00	-	25:59	-	10	5:38	10	0:21
Reifenstapel Aus	-	0:14	-	16	0:08	41	0:08	-	26:13	-	10	5:45	10	0:25
Bahngleise Einsti	-	11:58	-	10	2:20	34	4:18	-	38:11	-	10	8:05	10	0:23
Bahngleise Ausst	-	1:25	-	12	0:20	35	0:24	-	39:36	-	10	8:25	10	0:24
Wassergraben Ei	-	2:36	-	10	0:33	35	0:38	-	42:12	-	10	8:55	10	0:21
Wassergraben Ai	-	0:30	-	14	0:08	39	0:12	-	42:42	-	10	9:02	10	0:23
Zwischenzeit Rur	-	6:47	-	15	1:50	42	2:58	-	49:29	-	10	10:52	10	0:41
Schwedenschanz	-	9:08	-	9	1:41	29	3:12	-	58:37	-	10	12:33	10	0:06
Schwedenschanz	-	1:15	-	10	0:12	30	0:23	-	59:52	-	10	12:35	10	0:02
Schlammkuß Ein	-	11:09	-	9	1:40	31	4:01	-	1:11:01	-	10	14:15	10	
Schlammkuß Aus	-	0:08	-	11	0:04	24	0:04	-	1:11:09	-	10	14:17	10	
Reifenstapel Eins	-	5:30	-	8	1:03	28	2:04	-	1:16:39	-	10	15:16	10	
Reifenstapel Aus	-	0:15	-	16	0:09	42	0:10	-	1:16:54	-	10	15:25	10	
Bahngleise Einsti	-	11:58	-	11	2:41	34	4:12	-	1:28:52	-	10	17:42	10	
Bahngleise Ausst	-	1:30	-	12	0:24	33	0:33	-	1:30:22	-	10	18:06	10	
Wassergraben Ei	-	2:32	-	8	0:28	27	0:57	-	1:32:54	-	10	18:34	10	
Wassergraben Ai	-	0:37	-	15	0:13	43	0:17	-	1:33:31	-	10	18:45	10	
Blumenstraße	15.00	5:08	-	7	0:49	19	1:32	15.00	1:38:39	6:34	10	19:34	32	34:35