



King of Cross - Crosslauf Erfurt 2014

Erfurt / 26.10.2014

□□□□

Riedel, Christoph

□□□: 1:47:46

□□: Stiftung Wadentest

□□: 8.35 km/h

□□: 1051

□□□□: 07:11 min/km

□□: 15.00 km

□□□□□/□□□: 44 (of 54)

Mitteldistanz

□□□□□/□: 40 (of 45)

□□□□:

□□□□□: 13(of 16)

Männer (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 1:19:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwedenschanz	-	8:07	-	11	1:57	34	2:41	-	8:07	-	13	1:57	18		
Schwedenschanz	-	1:13	-	10	0:12	29	0:18	-	9:20	-	13	2:09	18		
Schlammkuß Ein	-	11:02	-	11	2:15	35	3:49	-	20:22	-	13	4:24	18	0:02	
Schlammkuß Aus	-	0:09	-	10	0:05	27	0:05	-	20:31	-	13	4:27	18	0:04	
Reifenstapel Eins	-	5:15	-	11	0:58	33	1:58	-	25:46	-	13	5:25	18	0:08	
Reifenstapel Aus	-	0:09	-	5	0:03	12	0:03	-	25:55	-	13	5:27	18	0:07	
Bahngleise Einsti	-	13:59	-	15	4:21	42	6:19	-	39:54	-	13	9:48	18	2:06	
Bahngleise Ausst	-	1:32	-	14	0:27	41	0:31	-	41:26	-	13	10:15	18	2:14	
Wassergraben Ei	-	3:08	-	15	1:05	43	1:10	-	44:34	-	13	11:17	18	2:43	
Wassergraben Ai	-	0:25	-	6	0:03	16	0:07	-	44:59	-	13	11:19	18	2:40	
Zwischenzeit Rur	-	6:42	-	13	1:45	40	2:53	-	51:41	-	13	13:04	18	2:53	
Schwedenschanz	-	10:25	-	14	2:58	42	4:29	-	1:02:06	-	13	16:02	18	3:35	
Schwedenschanz	-	1:12	-	6	0:09	21	0:20	-	1:03:18	-	13	16:01	18	3:28	
Schlammkuß Ein	-	12:57	-	14	3:28	42	5:49	-	1:16:15	-	13	19:29	18	4:15	
Schlammkuß Aus	-	0:07	-	8	0:03	17	0:03	-	1:16:22	-	13	19:30	18	4:15	
Reifenstapel Eins	-	6:16	-	13	1:49	40	2:50	-	1:22:38	-	13	21:15	18	4:40	
Reifenstapel Aus	-	0:08	-	7	0:02	13	0:03	-	1:22:46	-	13	21:17	18	4:35	
Bahngleise Einsti	-	13:56	-	14	4:39	41	6:10	-	1:36:42	-	13	25:32	18	6:04	
Bahngleise Ausst	-	1:28	-	11	0:22	31	0:31	-	1:38:10	-	13	25:54	18	6:02	
Wassergraben Ei	-	3:10	-	14	1:06	40	1:35	-	1:41:20	-	13	27:00	18	6:16	
Wassergraben Ai	-	0:33	-	11	0:09	34	0:13	-	1:41:53	-	13	27:07	18	6:21	
Blumenstraße	15.00	5:53	-	13	1:34	37	2:17	15.00	1:47:46	7:11	13	28:41	40	43:42	