



# King of Cross - Crosslauf Erfurt 2014

Erfurt / 26.10.2014

□□□□

Possner, Nico

□□□: 1:51:49

□□: 1050

□□: 8.05 km/h

□□□□: 07:27 min/km

□□: 15.00 km

□□□□□/□□□: 47 (of 54)

Mitteldistanz

□□□□□/□: 43 (of 45)

□□□□□□: 1:04:04

□□□□:

□□□□□: 8(of 8)

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□□□□□: 1:17:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwedenschanz	-	10:22	-	8	4:06	44	4:56	-	10:22	-	8	4:06	21	2:07
Schwedenschanz	-	1:31	-	8	0:33	43	0:36	-	11:53	-	8	4:39	21	2:22
Schlammkuß Ein	-	14:24	-	8	5:58	44	7:11	-	26:17	-	8	10:37	21	5:57
Schlammkuß Aus	-	0:05	-	1	-	2	0:01	-	26:22	-	8	10:37	21	5:55
Reifenstapel Eins	-	7:19	-	8	3:12	44	4:02	-	33:41	-	8	13:49	21	8:03
Reifenstapel Aus	-	0:09	-	3	0:02	12	0:03	-	33:50	-	8	13:51	21	8:02
Bahngleise Einsti	-	16:06	-	8	7:01	44	8:26	-	49:56	-	8	20:42	21	12:08
Bahngleise Ausst	-	1:41	-	8	0:39	43	0:40	-	51:37	-	8	21:21	21	12:25
Wassergraben Ei	-	3:39	-	8	1:40	44	1:41	-	55:16	-	8	23:01	21	13:25
Wassergraben Ai	-	0:18	-	1	-	1	-	-	55:34	-	8	22:56	21	13:15
Zwischenzeit Rur	-	7:32	-	8	2:41	43	3:43	-	1:03:06	-	8	24:56	21	14:18
Schwedenschanz	-	8:37	-	4	0:58	22	2:41	-	1:11:43	-	8	24:58	21	13:12
Schwedenschanz	-	1:07	-	2	0:12	11	0:15	-	1:12:50	-	8	25:10	21	13:00
Schlammkuß Ein	-	10:36	-	6	2:15	23	3:28	-	1:23:26	-	8	27:25	21	11:26
Schlammkuß Aus	-	0:07	-	3	0:02	17	0:03	-	1:23:33	-	8	27:27	21	11:26
Reifenstapel Eins	-	5:27	-	7	1:32	26	2:01	-	1:29:00	-	8	28:59	21	11:02
Reifenstapel Aus	-	0:18	-	8	0:13	44	0:13	-	1:29:18	-	8	29:12	21	11:07
Bahngleise Einsti	-	11:28	-	7	2:13	26	3:42	-	1:40:46	-	8	31:18	21	10:08
Bahngleise Ausst	-	1:37	-	7	0:40	39	0:40	-	1:42:23	-	8	31:58	21	10:15
Wassergraben Ei	-	3:12	-	8	1:11	41	1:37	-	1:45:35	-	8	33:09	21	10:31
Wassergraben Ai	-	0:30	-	4	0:09	24	0:10	-	1:46:05	-	8	33:18	21	10:33
Blumenstraße	15.00	5:44	-	7	1:27	35	2:08	15.00	1:51:49	7:27	8	34:15	43	47:45