



Helbing King of Cross
Mühlberg / 01.11.2015

□□□□

Sahr, Stefan

□□: Neustadt
□□: 266

□□: 8.00 km
Sprint

□□□□:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 49:19

□□: 9.73 km/h
□□□□: 6:10 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 292)

□□□□□/□: 26 (of 192)

□□□□□□: 38:15

□□□□□: 3(of 19)

□□□□□□□: 47:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	
Himmelsleiter +	-	2:51	-	4	0:46	62	1:29	-	2:51	-	4	0:46	62	1:29
Himmelsleiter +	-	4:02	-	2	0:17	34	1:12	-	6:53	-	3	1:03	48	2:41
Nordwand + Dov	-	5:45	-	2	0:10	31	1:20	-	12:38	-	3	1:13	39	3:59
Nordwand + Dov	-	1:49	-	2	0:05	25	0:21	-	14:27	-	3	1:18	36	4:16
Duckmäuser Eins	-	15:42	-	1	-	20	3:21	-	30:09	-	2	0:09	24	7:23
Duckmäuser Aus	-	0:22	-	3	0:01	26	0:06	-	30:31	-	2	0:10	24	7:27
Pneumant Einstie	-	0:37	-	5	0:11	38	0:16	-	31:08	-	2	0:21	22	7:40
Pneumant Aussti	-	0:06	-	3	0:01	19	0:03	-	31:14	-	2	0:21	22	7:40
Heuschnupfen Ei	-	10:50	-	1	-	20	2:06	-	42:04	-	2	0:21	17	9:46
Heuschnupfen Ai	-	0:06	-	2	0:01	65	0:02	-	42:10	-	2	0:21	17	9:48
Schlammbowle E	-	2:25	-	3	0:04	35	0:30	-	44:35	-	2	0:25	17	10:17
Schlammbowle A	-	0:49	-	3	0:03	26	0:15	-	45:24	-	2	0:28	17	10:32
Sportplatz Mühlb	8.00	3:55	-	4	0:13	57	0:32	8.00	49:19	6:09	3	1:39	26	11:04