



Helbing King of Cross

Mühlberg / 01.11.2015

□□□□

Kaupa, Hartmut

□□: Laufrausch
 □□: 673

□□: 16.00 km
 Expert

□□□□:
 Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:10:57

□□: 7.33 km/h
 □□□□: 8:11 min/km

□□□□□/□□□□: 250 (of 304)

□□□□□/□: 223 (of 252)

□□□□□□: 1:05:10

□□□□□: 9(of 12)

□□□□□□□: 1:48:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Himmelsleiter +	-	4:34	-	10	2:04	221	3:32	-	4:34	-	10	2:04	221	3:32	
Himmelsleiter +	-	5:13	-	9	1:04	181	2:41	-	9:47	-	10	3:08	214	6:13	
Nordwand + Dov	-	6:40	-	10	1:09	199	2:57	-	16:27	-	11	3:51	214	9:10	
Nordwand + Dov	-	2:33	-	11	0:40	223	1:24	-	19:00	-	11	4:31	214	10:32	
Duckmäuser Eins	-	29:47	-	12	12:24	159	19:07	-	48:47	-	12	16:26	159	29:31	
Duckmäuser Aus	-	0:25	-	3	0:02	70	0:12	-	49:12	-	11	16:27	153	29:42	
Pneumant Einstie	-	1:14	-	7	0:30	147	1:00	-	50:26	-	10	16:40	137	30:34	
Pneumant Aussti	-	0:10	-	8	0:06	164	0:09	-	50:36	-	10	16:41	136	30:38	
Heuschnupfen Ei	-	12:25	-	5	0:29	141	5:06	-	1:03:01	-	10	16:39	129	35:44	
Heuschnupfen Ai	-	0:06	-	2	0:01	50	0:02	-	1:03:07	-	10	16:39	125	35:46	
Schlammbowle E	-	2:51	-	4	0:11	142	1:08	-	1:05:58	-	10	16:36	122	36:53	
Schlammbowle A	-	1:09	-	2	0:07	134	0:35	-	1:07:07	-	10	16:43	122	37:27	
Himmelsleiter +	-	5:01	-	5	0:51	158	2:18	-	1:12:08	-	9	16:28	121	39:38	
Himmelsleiter +	-	5:18	-	8	0:42	199	2:31	-	1:17:26	-	9	16:35	121	42:03	
Nordwand + Dov	-	7:02	-	6	0:50	167	3:04	-	1:24:28	-	9	17:12	121	45:04	
Nordwand + Dov	-	2:27	-	10	0:26	214	1:23	-	1:26:55	-	9	17:31	121	46:20	
Duckmäuser Eins	-	19:54	-	5	2:28	124	19:37	-	1:46:49	-	9	19:59	105	55:25	
Duckmäuser Aus	-	0:23	-	1	-	57	0:12	-	1:47:12	-	9	19:53	104	55:35	
Pneumant Einstie	-	1:01	-	5	0:11	95	0:41	-	1:48:13	-	9	20:04	90	56:16	
Pneumant Aussti	-	0:05	-	1	-	34	0:03	-	1:48:18	-	9	20:00	90	56:19	
Heuschnupfen Ei	-	13:37	-	6	1:42	176	6:16	-	2:01:55	-	9	21:42	89	1:02:35	
Heuschnupfen Ai	-	0:06	-	1	-	58	0:02	-	2:02:01	-	9	21:40	89	1:02:37	
Schlammbowle E	-	3:06	-	6	0:37	181	1:25	-	2:05:07	-	9	22:07	86	1:04:01	
Schlammbowle A	-	1:37	-	7	0:26	212	1:03	-	2:06:44	-	9	22:27	86	1:05:02	
Sportplatz Mühlb	8.00	4:13	-	8	0:27	201	1:02	16.00	2:10:57	8:11	9	22:54	223	1:05:47	