



Helbing King of Cross
Mühlberg / 01.11.2015

□□□□

Bärenklau, Anja

□□: Crossfit
□□: 25

□□: 8.00 km
Sprint

□□□□:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 48:57

□□: 9.81 km/h
□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 292)

□□□□□/□: 2 (of 100)

□□□□□□: 46:25

□□□□□: 1(of 25)

□□□□□□□: 48:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Himmelsleiter +	-	2:19	-	1	-	2	0:09	-	2:19	-	-	1	-	2	0:09
Himmelsleiter +	-	3:55	-	1	-	2	0:13	-	6:14	-	-	1	-	2	0:22
Nordwand + Dov	-	5:25	-	1	-	1	-	-	11:39	-	-	1	-	2	0:16
Nordwand + Dov	-	2:05	-	3	0:09	7	0:34	-	13:44	-	-	1	-	2	0:50
Duckmäuser Eins	-	16:01	-	1	-	2	0:51	-	29:45	-	-	1	-	2	1:41
Duckmäuser Aus	-	0:24	-	5	0:03	9	0:06	-	30:09	-	-	1	-	2	1:47
Pneumant Einstie	-	0:24	-	1	-	2	0:01	-	30:33	-	-	1	-	2	1:45
Pneumant Aussti	-	0:10	-	5	0:03	22	0:05	-	30:43	-	-	1	-	2	1:49
Heuschnupfen Ei	-	10:50	-	1	-	2	0:16	-	41:33	-	-	1	-	2	2:05
Heuschnupfen Ai	-	0:06	-	2	0:01	7	0:01	-	41:39	-	-	1	-	2	2:06
Schlammbowle E	-	2:29	-	1	-	2	0:02	-	44:08	-	-	1	-	2	2:08
Schlammbowle A	-	1:01	-	3	0:14	7	0:18	-	45:09	-	-	1	-	2	2:26
Sportplatz Mühlb	8.00	3:48	-	2	0:05	4	0:10	8.00	48:57	6:07	-	1	-	2	2:32