



Helbing King of Cross

Mühlberg / 01.11.2015

□□□□

Marschall, Rick

□□: Laufgruppe Durchgereicht

□□: 55

□□: 8.00 km

Sprint

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:01:50

□□: 7.76 km/h

□□□□: 7:44 min/km

□□□□□/□□□: 138 (of 292)

□□□□□/□: 112 (of 192)

□□□□□□: 38:15

□□□□□: 21(of 38)

□□□□□□□: 45:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	
Himmelsleiter +	-	2:46	-	14	1:00	52	1:24	-	2:46	-	14	1:00	52	1:24
Himmelsleiter +	-	4:44	-	15	1:14	71	1:54	-	7:30	-	14	2:14	64	3:18
Nordwand + Dov	-	7:55	-	34	2:40	171	3:30	-	15:25	-	17	4:54	104	6:46
Nordwand + Dov	-	2:35	-	26	0:57	138	1:07	-	18:00	-	19	5:46	106	7:49
Duckmäuser Eins	-	21:07	-	19	6:27	100	8:46	-	39:07	-	16	11:37	89	16:21
Duckmäuser Aus	-	0:27	-	15	0:08	72	0:11	-	39:34	-	16	11:42	87	16:30
Pneumant Einstie	-	1:29	-	25	1:05	137	1:08	-	41:03	-	16	12:35	86	17:35
Pneumant Aussti	-	0:08	-	13	0:03	52	0:05	-	41:11	-	16	12:38	85	17:37
Heuschnupfen Ei	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Heuschnupfen Ai	-	12:25	-	38	12:21	186	12:21	-	53:36	-	39	15:04	190	21:14
Schlammbowle E	-	2:40	-	18	0:35	72	0:45	-	56:16	-	16	15:31	80	21:58
Schlammbowle A	-	0:55	-	12	0:11	54	0:21	-	57:11	-	39	15:42	191	22:19
Sportplatz Mühlb	8.00	4:39	-	30	0:59	164	1:16	8.00	1:01:50	7:43	21	16:38	112	23:35