



# Helbing King of Cross

Mühlberg / 01.11.2015

□□□□

Zanke, Stefan

□□□: 2:41:42

□□: Drillout Peppi´s GTTR Laufladen Erfurt Runners □□: 5.94 km/h

□□: 423

□□□□: 10:07 min/km

□□: 16.00 km

□□□□□/□□□: 284 (of 304)

Expert

□□□□□/□: 243 (of 252)

□□□□□□: 1:05:10

□□□□:

□□□□□: 34(of 35)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 1:17:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Himmelsleiter +	-	5:06	-	34	3:41	246	4:04	-	5:06	-	34	3:41	246	4:04
Himmelsleiter +	-	5:52	-	34	2:51	243	3:20	-	10:58	-	34	6:31	243	7:24
Nordwand + Dov	-	8:38	-	34	4:19	247	4:55	-	19:36	-	34	10:50	246	12:19
Nordwand + Dov	-	2:57	-	34	1:36	244	1:48	-	22:33	-	34	12:26	245	14:05
Duckmäuser Eins	-	24:25	-	21	11:44	155	13:45	-	46:58	-	21	24:10	154	27:42
Duckmäuser Aus	-	1:10	-	19	0:50	156	0:57	-	48:08	-	19	25:00	150	28:38
Pneumant Einstie	-	1:20	-	21	0:56	158	1:06	-	49:28	-	16	25:54	136	29:36
Pneumant Aussti	-	0:23	-	30	0:21	227	0:22	-	49:51	-	16	26:12	135	29:53
Heuschnupfen Ei	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Heuschnupfen Ai	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Schlammbowle E	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Schlammbowle A	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Himmelsleiter +	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Himmelsleiter +	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Nordwand + Dov	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Nordwand + Dov	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Duckmäuser Eins	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Duckmäuser Aus	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Pneumant Einstie	-	fehlt!	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Pneumant Aussti	-	0:40	-	26	0:37	196	0:38	-	50:31	-	36		245	
Heuschnupfen Ei	-	15:58	-	33	7:02	232	8:37	-	1:06:29	-	36		245	7:09
Heuschnupfen Ai	-	0:09	-	30	0:04	212	0:05	-	1:06:38	-	36		243	7:14
Schlammbowle E	-	4:29	-	32	2:25	234	2:48	-	1:11:07	-	34		241	10:01
Schlammbowle A	-	1:47	-	31	1:03	229	1:13	-	1:12:54	-	36		247	11:12
Sportplatz Mühlb	8.00	1:28:48	-	35	1:25:19	247	1:25:37	16.00	2:41:42	10:06	34	1:23:56	243	1:36:32