



Helbing King of Cross

Mühlberg / 01.11.2015

□□□□

lick, veit

□□: gotha

□□: 454

□□: 16.00 km

Expert

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:02:30

□□: 7.84 km/h

□□□□: 7:40 min/km

□□□□□/□□□□: 200 (of 304)

□□□□□/□: 183 (of 252)

□□□□□□: 1:05:10

□□□□□: 27(of 31)

□□□□□□□: 1:09:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Himmelsleiter +	-	3:41	-	22	2:29	178	2:39	-	3:41	-	22	2:29	178	2:39	
Himmelsleiter +	-	5:16	-	26	2:31	194	2:44	-	8:57	-	22	5:00	178	5:23	
Nordwand + Dov	-	6:45	-	26	2:50	205	3:02	-	15:42	-	26	7:50	197	8:25	
Nordwand + Dov	-	2:30	-	27	1:05	211	1:21	-	18:12	-	28	8:55	199	9:44	
Duckmäuser Eins	-	19:47	-	20	8:29	124	9:07	-	37:59	-	20	17:24	125	18:43	
Duckmäuser Aus	-	0:33	-	21	0:15	138	0:20	-	38:32	-	20	17:36	122	19:02	
Pneumant Einstie	-	0:39	-	8	0:18	45	0:25	-	39:11	-	20	17:54	112	19:19	
Pneumant Aussti	-	0:13	-	26	0:09	207	0:12	-	39:24	-	19	18:01	111	19:26	
Heuschnupfen Ei	-	13:42	-	26	5:49	205	6:23	-	53:06	-	19	23:50	107	25:49	
Heuschnupfen Ai	-	0:05	-	1	-	8	0:01	-	53:11	-	18	23:48	103	25:50	
Schlammbowle E	-	3:05	-	26	1:21	198	1:22	-	56:16	-	18	25:09	100	27:11	
Schlammbowle A	-	1:17	-	24	0:40	168	0:43	-	57:33	-	18	25:49	100	27:53	
Himmelsleiter +	-	5:01	-	24	2:01	158	2:18	-	1:02:34	-	18	27:50	99	30:04	
Himmelsleiter +	-	5:07	-	27	2:04	176	2:20	-	1:07:41	-	18	29:54	98	32:18	
Nordwand + Dov	-	7:17	-	25	3:07	180	3:19	-	1:14:58	-	18	33:01	98	35:34	
Nordwand + Dov	-	2:26	-	27	1:02	212	1:22	-	1:17:24	-	18	34:03	98	36:49	
Duckmäuser Eins	-	20:36	-	19	8:45	135	20:19	-	1:38:00	-	18	42:48	87	46:36	
Duckmäuser Aus	-	0:21	-	7	0:07	35	0:10	-	1:38:21	-	18	42:52	87	46:44	
Pneumant Einstie	-	1:14	-	20	0:53	121	0:54	-	1:39:35	-	17	43:45	78	47:38	
Pneumant Aussti	-	0:12	-	26	0:10	181	0:10	-	1:39:47	-	17	43:50	78	47:48	
Heuschnupfen Ei	-	13:55	-	27	6:01	189	6:34	-	1:53:42	-	17	49:51	76	54:22	
Heuschnupfen Ai	-	0:07	-	21	0:02	132	0:03	-	1:53:49	-	17	49:52	76	54:25	
Schlammbowle E	-	3:07	-	26	1:24	189	1:26	-	1:56:56	-	16	51:16	74	55:50	
Schlammbowle A	-	1:30	-	27	0:52	202	0:56	-	1:58:26	-	16	52:08	74	56:44	
Sportplatz Mühlb	8.00	4:04	-	25	0:46	166	0:53	16.00	2:02:30	7:39	27	52:54	183	57:20	