



Helbing King of Cross

Mühlberg / 01.11.2015

□□□□

Pilz, Andreas

□□: KidsRun
 □□: 505

□□: 16.00 km
 Expert

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:11:17

□□: 7.31 km/h
 □□□□: 8:13 min/km

□□□□□/□□□□: 253 (of 304)

□□□□□/□: 224 (of 252)

□□□□□□: 1:05:10

□□□□□: 32(of 35)

□□□□□□□: 1:17:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Himmelsleiter +	-	4:34	-	30	3:09	221	3:32	-	4:34	-	30	3:09	221	3:32
Himmelsleiter +	-	5:39	-	33	2:38	241	3:07	-	10:13	-	32	5:46	235	6:39
Nordwand + Dov	-	6:51	-	32	2:32	222	3:08	-	17:04	-	32	8:18	235	9:47
Nordwand + Dov	-	2:31	-	29	1:10	216	1:22	-	19:35	-	32	9:28	235	11:07
Duckmäuser Eins	-	20:32	-	20	7:51	138	9:52	-	40:07	-	19	17:19	142	20:51
Duckmäuser Aus	-	0:32	-	16	0:12	131	0:19	-	40:39	-	17	17:31	138	21:09
Pneumant Einstie	-	1:03	-	17	0:39	116	0:49	-	41:42	-	14	18:08	125	21:50
Pneumant Aussti	-	0:09	-	16	0:07	133	0:08	-	41:51	-	14	18:12	124	21:53
Heuschnupfen Ei	-	14:08	-	31	5:15	224	6:49	-	55:59	-	14	23:27	119	28:42
Heuschnupfen Ai	-	0:08	-	25	0:03	194	0:04	-	56:07	-	14	23:29	115	28:46
Schlammbowle E	-	3:20	-	31	1:16	229	1:37	-	59:27	-	13	24:45	112	30:22
Schlammbowle A	-	1:21	-	25	0:35	186	0:47	-	1:00:48	-	13	25:20	111	31:08
Himmelsleiter +	-	5:19	-	25	1:55	189	2:36	-	1:06:07	-	13	27:15	109	33:37
Himmelsleiter +	-	5:40	-	31	2:15	227	2:53	-	1:11:47	-	13	29:30	110	36:24
Nordwand + Dov	-	8:00	-	31	3:17	219	4:02	-	1:19:47	-	13	32:47	110	40:23
Nordwand + Dov	-	2:25	-	30	1:00	210	1:21	-	1:22:12	-	13	33:47	110	41:37
Duckmäuser Eins	-	22:47	-	24	22:30	174	22:30	-	1:44:59	-	11	43:25	99	53:35
Duckmäuser Aus	-	0:39	-	23	0:27	173	0:28	-	1:45:38	-	11	43:42	98	54:01
Pneumant Einstie	-	1:18	-	17	0:58	131	0:58	-	1:46:56	-	10	44:35	88	54:59
Pneumant Aussti	-	0:10	-	18	0:07	153	0:08	-	1:47:06	-	10	44:41	88	55:07
Heuschnupfen Ei	-	15:15	-	30	6:19	221	7:54	-	2:02:21	-	10	51:00	90	1:03:01
Heuschnupfen Ai	-	0:08	-	25	0:03	189	0:04	-	2:02:29	-	10	51:03	90	1:03:05
Schlammbowle E	-	3:17	-	27	1:13	210	1:36	-	2:05:46	-	9	52:16	87	1:04:40
Schlammbowle A	-	1:24	-	26	0:40	187	0:50	-	2:07:10	-	9	52:53	87	1:05:28
Sportplatz Mühlb	8.00	4:07	-	25	0:38	179	0:56	16.00	2:11:17	8:12	32	53:31	224	1:06:07