



# Helbing King of Cross

Mühlberg / 01.11.2015

□□□□

Mikolajczak-Marx, Alexander

□□□: 1:35:01

□□: Sportgruppe FA/UA-Btl 1

□□: 10.10 km/h

□□: 469

□□□□: 5:56 min/km

□□: 16.00 km

□□□□□/□□□□: 43 (of 304)

Expert

□□□□□/□: 39 (of 252)

□□□□□□: 1:05:10

□□□□:

□□□□□: 7(of 42)

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□□□□□: 1:05:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Himmelsleiter +	-	2:48	-	21	1:46	113	1:46	-	2:48	-	21	1:46	113	1:46	
Himmelsleiter +	-	4:21	-	14	1:49	80	1:49	-	7:09	-	18	3:35	93	3:35	
Nordwand + Dov	-	5:19	-	8	1:36	41	1:36	-	12:28	-	13	5:11	70	5:11	
Nordwand + Dov	-	1:49	-	14	0:38	61	0:40	-	14:17	-	13	5:49	70	5:49	
Duckmäuser Eins	-	14:53	-	3	2:11	21	4:13	-	29:10	-	5	5:55	27	9:54	
Duckmäuser Aus	-	0:19	-	2	0:04	15	0:06	-	29:29	-	5	5:50	27	9:59	
Pneumant Einstie	-	0:45	-	14	0:31	71	0:31	-	30:14	-	5	6:11	25	10:22	
Pneumant Aussti	-	0:06	-	10	0:05	43	0:05	-	30:20	-	5	6:12	24	10:22	
Heuschnupfen Ei	-	11:06	-	14	3:36	56	3:47	-	41:26	-	5	8:22	24	14:09	
Heuschnupfen Ai	-	0:05	-	3	0:01	8	0:01	-	41:31	-	5	8:21	24	14:10	
Schlammbowle E	-	2:27	-	10	0:44	40	0:44	-	43:58	-	5	8:39	24	14:53	
Schlammbowle A	-	0:54	-	14	0:20	54	0:20	-	44:52	-	5	8:56	24	15:12	
Himmelsleiter +	-	3:51	-	6	1:08	27	1:08	-	48:43	-	5	9:26	24	16:13	
Himmelsleiter +	-	3:54	-	6	1:07	28	1:07	-	52:37	-	5	9:50	22	17:14	
Nordwand + Dov	-	5:36	-	6	1:38	34	1:38	-	58:13	-	5	10:36	22	18:49	
Nordwand + Dov	-	1:45	-	8	0:41	38	0:41	-	59:58	-	5	10:51	22	19:23	
Duckmäuser Eins	-	16:07	-	6	5:16	37	15:50	-	1:16:05	-	5	13:50	24	24:41	
Duckmäuser Aus	-	0:18	-	2	0:02	20	0:07	-	1:16:23	-	5	13:48	24	24:46	
Pneumant Einstie	-	0:53	-	12	0:31	76	0:33	-	1:17:16	-	5	14:17	23	25:19	
Pneumant Aussti	-	0:08	-	19	0:06	103	0:06	-	1:17:24	-	5	14:21	23	25:25	
Heuschnupfen Ei	-	10:38	-	5	3:11	36	3:17	-	1:28:02	-	5	16:06	23	28:42	
Heuschnupfen Ai	-	0:05	-	2	0:01	9	0:01	-	1:28:07	-	5	16:06	23	28:43	
Schlammbowle E	-	2:26	-	5	0:43	44	0:45	-	1:30:33	-	5	16:31	23	29:27	
Schlammbowle A	-	0:47	-	4	0:13	16	0:13	-	1:31:20	-	5	16:35	23	29:38	
Sportplatz Mühlb	8.00	3:41	-	5	0:23	40	0:30	16.00	1:35:01	5:56	7	29:40	39	29:51	