



LEGEND OF CROSS
Mühlberg / 05.11.2017

□□□□

ZANDER, Frank

□□: Erfurt

□□: 1430

□□: 16.78 km

EXPERT

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:49:47

□□: 5.93 km/h

□□□□: 10:07 min/km

□□□□□/□□□: 359 (of 416)

□□□□□/□: 298 (of 341)

□□□□□□: 1:17:13

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 2:00:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Wachsenburg	7.40	1:01:43	8:20	7	12:24	269	29:26	7.40	1:01:43	8:20	7	12:24	269	29:26
Mühlburg	8.57	1:26:28	10:05	7	26:16	302	48:44	15.97	2:28:11	9:16	7	38:29	289	1:18:08
Sportplatz Mühlb	0.81	21:36	26:40	7	10:49	324	14:26	16.78	2:49:47	10:07	7	49:18	302	1:32:34