



□□□□

HEERING, Alexander

□□: Apfelstädt

□□: 2092

□□: 26.71 km

BERSERKER

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 3:02:23

□□: 8.79 km/h

□□□□: 6:50 min/km

□□□□□/□□□: 36 (of 205)

□□□□□/□: 34 (of 189)

□□□□□□: 2:16:04

□□□□□: 9(of 45)

□□□□□□□: 2:16:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Wachsenburg	7.40	46:48	6:19	9	9:54	37	11:22	7.40	46:48	6:19	9	9:54	37	11:22	
Burg Gleichen	8.53	53:40	6:17	6	9:37	22	11:07	15.93	1:40:28	6:18	7	19:18	23	22:29	
Mühlberg	9.97	1:06:55	6:42	9	20:26	41	20:26	25.90	2:47:23	6:27	9	39:44	36	56:25	
Sportplatz Mühlb	0.81	15:00	18:31	21	7:11	88	7:11	26.71	3:02:23	6:49	10	46:19	42	59:08	