



LEGEND OF CROSS  
Mühlberg / 05.11.2017

□□□□

GRINGS, Tobias

□□: Ohlweiler  
□□: 2076

□□: 26.71 km  
BERSERKER

□□□□:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 3:57:34

□□: 6.57 km/h  
□□□□: 8:53 min/km

□□□□□/□□□: 160 (of 205)

□□□□□/□: 149 (of 189)

□□□□□□: 2:16:04

□□□□□: 39(of 45)

□□□□□□□: 2:16:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Wachsenburg	7.40	1:02:22	8:25	43	25:28	174	26:56	7.40	1:02:22	8:25	43	25:28	174	26:56
Burg Gleichen	8.53	1:14:08	8:41	41	30:05	157	31:35	15.93	2:16:30	8:34	41	55:20	165	58:31
Mühlburg	9.97	1:22:37	8:17	28	36:08	114	36:08	25.90	3:39:07	8:27	42	1:31:28	159	1:48:09
Sportplatz Mühlb	0.81	18:27	22:46	37	10:38	150	10:38	26.71	3:57:34	8:53	42	1:41:30	160	1:54:19