



LEGEND OF CROSS
Mühlberg / 05.11.2017

□□□□

QUADRAT, Stefan

□□: Isernhagen

□□: 1293

□□: 16.78 km

EXPERT

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:11:42

□□: 7.29 km/h

□□□□: 7:51 min/km

□□□□□/□□□: 163 (of 416)

□□□□□/□: 152 (of 341)

□□□□□□: 1:17:13

□□□□□: 36(of 75)

□□□□□□□: 1:17:18

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Wachsenburg | 7.40 | 53:27 | 7:13 | 32 | 21:10 | 134 | 21:10 | 7.40 | 53:27 | 7:13 | 32 | 21:10 | 134 | 21:10 |
| Mühlburg | 8.57 | 1:04:51 | 7:34 | 37 | 27:03 | 152 | 27:07 | 15.97 | 1:58:18 | 7:24 | 34 | 48:13 | 145 | 48:15 |
| Sportplatz Mühlb | 0.81 | 13:24 | 16:32 | 43 | 6:11 | 181 | 6:14 | 16.78 | 2:11:42 | 7:50 | 36 | 54:24 | 155 | 54:29 |