



LEGEND OF CROSS
Mühlberg / 05.11.2017

□□□□

QUADRAT, Stefan

□□: Isernhagen

□□: 1293

□□: 16.78 km

EXPERT

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:11:42

□□: 7.64 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