



LEGEND OF CROSS
Mühlberg / 05.11.2017

□□□□

LADNER, Kai

□□: Sontra

□□: 1211

□□: 16.78 km

EXPERT

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:53:46

□□: 8.44 km/h

□□□□: 6:47 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 416)

□□□□□/□: 55 (of 341)

□□□□□□: 1:17:13

□□□□□: 2(of 35)

□□□□□□□: 1:49:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Wachsenburg	7.40	48:30	6:33	4	3:15	66	16:13	7.40	48:30	6:33	4	3:15	66	16:13	
Mühlburg	8.57	55:17	6:27	2	1:17	51	17:33	15.97	1:43:47	6:29	2	4:32	55	33:44	
Sportplatz Mühlb	0.81	9:59	12:19	3	0:19	52	2:49	16.78	1:53:46	6:46	2	4:35	57	36:33	