

Runden - Vet Gates - Pausen

CEN-A ASCHEN

12.07.2014

86 km	G1	G2	Ziel
	33 km /	33 km /	20 km /
Pausenlänge:	00:30	00:30	
Re-Inspection	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Startzeit: 07:00:00
			Max. Zeit: 08:36:00
Erholzeit in Gates: 00:20, Grenzpuls: 64.		Erholzeit Ziel: 00:30, Grenzpuls: 64.	Letzte Ankunft: 16:36:00

66 km	G1	Ziel	
	33 km /	33 km /	
Pausenlänge:	00:30		
Re-Inspection	<input type="checkbox"/>	Startzeit: 08:00:00	
		Max. Zeit: 06:36:00	
Erholzeit in Gates: 00:20, Grenzpuls: 64.		Erholzeit Ziel: 00:30, Grenzpuls: 64.	Letzte Ankunft: 15:06:00

40 km	G1	Ziel	
	20 km /	20 km /	
Pausenlänge:	00:30		
Re-Inspection	<input type="checkbox"/>	Startzeit: 10:00:00	
	LK 1: 200 Min. / LK 2: 220 Min. / LK 3: 300 Min.	Max. Zeit: 05:00:00	
Erholzeit in Gates: 00:20, Grenzpuls: 64.		Erholzeit Ziel: 00:30, Grenzpuls: 64.	Letzte Ankunft: 15:30:00

20 km		Ziel	
		20 km /	
Pausenlänge:			
Re-Inspection		Startzeit: 10:00:00	
	LK 1: 100 Min. / LK 2: 110 Min. / LK 3: 150 Min.	Max. Zeit: 02:30:00	
Erholzeit in Gates: 00:20, Grenzpuls: 64.		Erholzeit Ziel: 00:30, Grenzpuls: 64.	Letzte Ankunft: 12:30:00
