

## Laufleistungen für den Herbstwaldlauf

MSS Punkte	Zeit für Mädchen (Min) 3 km	Zeit für Mädchen (Min) 6 km	Zeit für Mädchen (Min) 9 km	Zeit für Mädchen (Min) 12 km	Zeit für Jungen (Min) 3 km	Zeit für Jungen (Min) 6 km	Zeit für Jungen (Min) 9 km	Zeit für Jungen (Min) 12 km
15	14:30	31	48	66	12	27	43	60
14	15	32	50	69	12:30	28	45	63
13	15:30	33	52	72	13	29	47	66
12	16	34	54	75	13:30	30	49	69
11	16:30	35	56	78	14	31	51	72
10	17	36	58	81	14:30	32	53	75
9	17:30	37	60	84	15	33	55	78
8	18	38	62	87	15:30	34	57	81
7	18:30	39	64	90	16	35	59	84
6	19	40	66	93	16:30	36	61	87
5	19:30	41	68	96	17	37	63	90
4	20:30	43	71	100	18	39	66	94
3	21:30	45	74	104	19	41	69	98
2	22:30	47	77	108	20	43	72	102
1	23:30	49	80	112	21	45	75	106
0	weniger							