

67104 Louisa THOMMESSEN

-11- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 3 2020m D-12

OK 0:47:10 23'20"

1.	62	0:03:40		<u>26'22"/km</u>
2.	63	0:03:21	0:07:01	<u>18'49"/km</u>
3.	60	0:03:10	0:10:11	<u>53'40"/km</u>
4.	64	0:05:12	0:15:23	<u>23'19"/km</u>
5.	65	0:03:42	0:19:05	<u>19'53"/km</u>
6.	70	0:04:37	0:23:42	<u>18'02"/km</u>
7.	67	0:01:59	0:25:41	<u>9'55"/km</u>
8.	69	0:03:43	0:29:24	<u>45'19"/km</u>
9.	71	0:04:06	0:33:30	<u>31'17"/km</u>
10.	72	0:05:35	0:39:05	<u>25'02"/km</u>
11.	73	0:04:35	0:43:40	<u>25'27"/km</u>
12.	74	0:02:37	0:46:17	<u>27'15"/km</u>
13.	95	0:00:53	0:47:10	<u>13'35"/km</u>

67106 Charline FAYMONVILLE

-3- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 3 2020m D-14

OK 0:40:04 19'50"

1.	62	0:02:12		<u>15'49"/km</u>
2.	63	0:03:17	0:05:29	<u>18'26"/km</u>
3.	60	0:01:53	0:07:22	<u>31'55"/km</u>
4.	64	0:05:16	0:12:38	<u>23'37"/km</u>
5.	65	0:03:41	0:16:19	<u>19'48"/km</u>
6.	67	0:06:30	0:22:49	
7.	69	0:01:45	0:24:34	
8.	71	0:03:24	0:27:58	
9.	72	0:04:17	0:32:15	
10.	73	0:05:24	0:37:39	
11.	74	0:01:49	0:39:28	
12.	95	0:00:36	0:40:04	

67115 Véronique BASTIN
-16- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 1 5100m D21

OK 1:08:30 13'25"

1.	33	0:03:01		<u>14'09"/km</u>
2.	51	0:15:18	0:18:19	<u>12'06"/km</u>
3.	52	0:06:24	0:24:43	<u>14'50"/km</u>
4.	53	0:10:56	0:35:39	<u>10'42"/km</u>
5.	54	0:02:47	0:38:26	<u>15'27"/km</u>
6.	55	0:08:05	0:46:31	<u>35'46"/km</u>
7.	56	0:11:11	0:57:42	<u>13'09"/km</u>
8.	57	0:03:37	1:01:19	<u>10'18"/km</u>
9.	58	0:02:33	1:03:52	<u>13'00"/km</u>
10.	60	0:01:10	1:05:02	<u>13'15"/km</u>
11.	73	0:01:35	1:06:37	<u>12'52"/km</u>
12.	74	0:01:23	1:08:00	<u>14'24"/km</u>
13.	95	0:00:30	1:08:30	<u>7'41"/km</u>

16.08.2010 Trainingslager

T3 - O.L.G. St. Vith "ARDOC"

68928 Christian KRINGS

-7- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 2 3360m H60

OK 0:48:21 14'23"

1.	62	0:01:19		<u>9'28"/km</u>
2.	65	0:03:45	0:05:04	<u>9'07"/km</u>
3.	51	0:18:19	0:23:23	<u>19'00"/km</u>
4.	52	0:05:09	0:28:32	<u>11'56"/km</u>
5.	56	0:04:21	0:32:53	<u>8'51"/km</u>
6.	57	0:03:52	0:36:45	<u>11'00"/km</u>
7.	58	0:06:27	0:43:12	<u>32'54"/km</u>
8.	60	0:01:02	0:44:14	<u>11'44"/km</u>
9.	73	0:02:05	0:46:19	<u>16'56"/km</u>
10.	74	0:01:27	0:47:46	<u>15'06"/km</u>
11.	95	0:00:35	0:48:21	<u>8'58"/km</u>

119731 Julia HENKES
-15- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 2 3360m D-18

OK 0:54:13 16'08"

1.	62	0:02:35		<u>18'35"/km</u>
2.	65	0:05:13	0:07:48	<u>12'41"/km</u>
3.	51	0:15:04	0:22:52	<u>15'37"/km</u>
4.	52	0:06:39	0:29:31	<u>15'25"/km</u>
5.	56	0:07:04	0:36:35	<u>14'23"/km</u>
6.	57	0:05:10	0:41:45	<u>14'43"/km</u>
7.	58	0:04:30	0:46:15	<u>22'57"/km</u>
8.	60	0:01:54	0:48:09	<u>21'35"/km</u>
9.	73	0:04:10	0:52:19	<u>33'52"/km</u>
10.	74	0:01:27	0:53:46	<u>15'06"/km</u>
11.	95	0:00:27	0:54:13	<u>6'55"/km</u>

130091 Heinrich EICHER

-5- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 3 2020m H65

OK 0:23:21 11'33"

1.	62	0:02:01		<u>14'30"/km</u>
2.	63	0:01:26	0:03:27	<u>8'03"/km</u>
3.	60	0:01:19	0:04:46	<u>22'18"/km</u>
4.	64	0:02:41	0:07:27	<u>12'01"/km</u>
5.	65	0:02:12	0:09:39	<u>11'49"/km</u>
6.	70	0:02:48	0:12:27	<u>10'56"/km</u>
7.	67	0:01:14	0:13:41	<u>6'10"/km</u>
8.	69	0:01:07	0:14:48	<u>13'37"/km</u>
9.	71	0:01:44	0:16:32	<u>13'13"/km</u>
10.	72	0:02:11	0:18:43	<u>9'47"/km</u>
11.	73	0:02:24	0:21:07	<u>13'20"/km</u>
12.	74	0:01:40	0:22:47	<u>17'21"/km</u>
13.	95	0:00:34	0:23:21	<u>8'43"/km</u>

130098 Elena THOMMESSEN

-1- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 3 2020m D-14

OK 0:39:47 19'41"

1.	62	0:02:05		<u>14'59"/km</u>
2.	63	0:03:15	0:05:20	<u>18'15"/km</u>
3.	60	0:02:00	0:07:20	<u>33'53"/km</u>
4.	64	0:05:16	0:12:36	<u>23'37"/km</u>
5.	65	0:03:35	0:16:11	<u>19'15"/km</u>
6.	70	0:04:11	0:20:22	<u>16'20"/km</u>
7.	67	0:02:17	0:22:39	<u>11'24"/km</u>
8.	69	0:01:38	0:24:17	<u>19'55"/km</u>
9.	71	0:03:15	0:27:32	<u>24'48"/km</u>
10.	72	0:04:43	0:32:15	<u>21'09"/km</u>
11.	73	0:05:19	0:37:34	<u>29'32"/km</u>
12.	74	0:01:29	0:39:03	<u>15'27"/km</u>
13.	95	0:00:44	0:39:47	<u>11'16"/km</u>

130099 Fabienne SOLHEID

-2- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 3 2020m D-14

OK 0:39:53 19'44"

1.	62	0:02:13		<u>15'56"/km</u>
2.	63	0:03:12	0:05:25	<u>17'58"/km</u>
3.	60	0:01:56	0:07:21	<u>32'46"/km</u>
4.	64	0:05:14	0:12:35	<u>23'28"/km</u>
5.	65	0:03:35	0:16:10	<u>19'15"/km</u>
6.	70	0:04:20	0:20:30	<u>16'55"/km</u>
7.	67	0:01:56	0:22:26	<u>9'39"/km</u>
8.	69	0:01:48	0:24:14	<u>21'57"/km</u>
9.	71	0:03:24	0:27:38	<u>25'57"/km</u>
10.	72	0:04:46	0:32:24	<u>21'22"/km</u>
11.	73	0:05:14	0:37:38	<u>29'04"/km</u>
12.	74	0:01:31	0:39:09	<u>15'47"/km</u>
13.	95	0:00:44	0:39:53	<u>11'16"/km</u>

130254 Sigrid BRODEL

-9- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 2 3360m D-16

OK 0:52:03 15'29"

1.	62	0:01:50		<u>13'11"/km</u>
2.	65	0:03:37	0:05:27	<u>8'47"/km</u>
3.	51	0:20:36	0:26:03	<u>21'22"/km</u>
4.	52	0:09:04	0:35:07	<u>21'02"/km</u>
5.	56	0:04:21	0:39:28	<u>8'51"/km</u>
6.	57	0:03:35	0:43:03	<u>10'12"/km</u>
7.	58	0:04:32	0:47:35	<u>23'07"/km</u>
8.	60	0:01:11	0:48:46	<u>13'26"/km</u>
9.	73	0:01:38	0:50:24	<u>13'16"/km</u>
10.	74	0:01:13	0:51:37	<u>12'40"/km</u>
11.	95	0:00:26	0:52:03	<u>6'39"/km</u>

16.08.2010 Trainingslager

T3 - O.L.G. St. Vith "ARDOC"

130256 Daniela MAUSEN

-12- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 2 3360m D-16

OK 0:45:38 13'34"

1.	62	0:01:22		<u>9'49"/km</u>
2.	65	0:03:46	0:05:08	<u>9'09"/km</u>
3.	51	0:15:30	0:20:38	<u>16'04"/km</u>
4.	52	0:09:06	0:29:44	<u>21'06"/km</u>
5.	56	0:04:21	0:34:05	<u>8'51"/km</u>
6.	57	0:03:17	0:37:22	<u>9'21"/km</u>
7.	58	0:04:03	0:41:25	<u>20'39"/km</u>
8.	60	0:00:56	0:42:21	<u>10'36"/km</u>
9.	73	0:01:43	0:44:04	<u>13'57"/km</u>
10.	74	0:01:09	0:45:13	<u>11'58"/km</u>
11.	95	0:00:25	0:45:38	<u>6'24"/km</u>

130258 Tom VEITHEN
-4- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 3 2020m H-12

OK 0:31:37 15'39"

1.	62	0:01:47		<u>12'49"/km</u>
2.	63	0:03:18	0:05:05	<u>18'32"/km</u>
3.	60	0:01:16	0:06:21	<u>21'28"/km</u>
4.	64	0:06:49	0:13:10	<u>30'34"/km</u>
5.	65	0:03:29	0:16:39	<u>18'43"/km</u>
6.	70	0:04:00	0:20:39	<u>15'37"/km</u>
7.	67	0:01:09	0:21:48	<u>5'45"/km</u>
8.	69	0:01:23	0:23:11	<u>16'52"/km</u>
9.	71	0:02:19	0:25:30	<u>17'41"/km</u>
10.	72	0:01:54	0:27:24	<u>8'31"/km</u>
11.	73	0:02:09	0:29:33	<u>11'56"/km</u>
12.	74	0:01:40	0:31:13	<u>17'21"/km</u>
13.	95	0:00:24	0:31:37	<u>6'09"/km</u>

130567 Anabel SCHNEIDER

-8- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 2 3360m D-16

OK 0:40:34 12'04"

1.	62	0:01:22		<u>9'49"/km</u>
2.	65	0:03:49	0:05:11	<u>9'17"/km</u>
3.	51	0:13:40	0:18:51	<u>14'10"/km</u>
4.	52	0:06:44	0:25:35	<u>15'37"/km</u>
5.	56	0:03:58	0:29:33	<u>8'04"/km</u>
6.	57	0:03:20	0:32:53	<u>9'29"/km</u>
7.	58	0:03:47	0:36:40	<u>19'18"/km</u>
8.	60	0:00:57	0:37:37	<u>10'47"/km</u>
9.	73	0:01:41	0:39:18	<u>13'41"/km</u>
10.	74	0:00:53	0:40:11	<u>9'12"/km</u>
11.	95	0:00:23	0:40:34	<u>5'53"/km</u>

130570 Kerstin HAEP
-10- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 2 3360m D-20

OK 0:48:07 14'19"

1.	62	0:01:15		<u>8'59"/km</u>
2.	65	0:04:03	0:05:18	<u>9'51"/km</u>
3.	51	0:16:42	0:22:00	<u>17'19"/km</u>
4.	52	0:09:12	0:31:12	<u>21'20"/km</u>
5.	56	0:04:27	0:35:39	<u>9'03"/km</u>
6.	57	0:03:22	0:39:01	<u>9'35"/km</u>
7.	58	0:04:32	0:43:33	<u>23'07"/km</u>
8.	60	0:01:18	0:44:51	<u>14'46"/km</u>
9.	73	0:01:38	0:46:29	<u>13'16"/km</u>
10.	74	0:01:14	0:47:43	<u>12'50"/km</u>
11.	95	0:00:24	0:48:07	<u>6'09"/km</u>

147970 Michael HOCK
-6- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 1 5100m H35

OK 0:50:55 9'59"

1.	33	0:01:40		<u>7'49"/km</u>
2.	51	0:12:06	0:13:46	<u>9'34"/km</u>
3.	52	0:04:32	0:18:18	<u>10'31"/km</u>
4.	53	0:09:00	0:27:18	<u>8'48"/km</u>
5.	54	0:01:58	0:29:16	<u>10'55"/km</u>
6.	55	0:02:43	0:31:59	<u>12'01"/km</u>
7.	56	0:08:45	0:40:44	<u>10'17"/km</u>
8.	57	0:02:55	0:43:39	<u>8'18"/km</u>
9.	58	0:03:19	0:46:58	<u>16'55"/km</u>
10.	60	0:01:05	0:48:03	<u>12'18"/km</u>
11.	73	0:01:18	0:49:21	<u>10'34"/km</u>
12.	74	0:01:09	0:50:30	<u>11'58"/km</u>
13.	95	0:00:25	0:50:55	<u>6'24"/km</u>

147971 Patrick HOCK
-14- O.L.G. St. Vith "ARDOC"
Bahn 1 5100m H35
OK 0:50:55 9'59"

1.	33	0:02:00		<u>9'23"/km</u>
2.	51	0:13:36	0:15:36	<u>10'46"/km</u>
3.	52	0:04:02	0:19:38	<u>9'21"/km</u>
4.	53	0:09:26	0:29:04	<u>9'14"/km</u>
5.	54	0:01:53	0:30:57	<u>10'27"/km</u>
6.	55	0:02:33	0:33:30	<u>11'16"/km</u>
7.	56	0:08:21	0:41:51	<u>9'49"/km</u>
8.	57	0:02:47	0:44:38	<u>7'55"/km</u>
9.	58	0:02:12	0:46:50	<u>11'13"/km</u>
10.	60	0:01:01	0:47:51	<u>11'33"/km</u>
11.	73	0:01:31	0:49:22	<u>12'19"/km</u>
12.	74	0:01:01	0:50:23	<u>10'35"/km</u>
13.	95	0:00:32	0:50:55	<u>8'12"/km</u>

16.08.2010 Trainingslager

T3 - O.L.G. St. Vith "ARDOC"

404989 Olivier CHATTLAIN

-13- O.L.G. St. Vith "ARDOC"

Bahn 1 5100m H35

OK 0:51:37 10'07"

1.	33	0:01:04		<u>5'00"/km</u>
2.	51	0:13:16	0:14:20	<u>10'30"/km</u>
3.	52	0:04:03	0:18:23	<u>9'23"/km</u>
4.	53	0:08:27	0:26:50	<u>8'16"/km</u>
5.	54	0:02:04	0:28:54	<u>11'28"/km</u>
6.	55	0:07:22	0:36:16	<u>32'35"/km</u>
7.	56	0:07:21	0:43:37	<u>8'38"/km</u>
8.	57	0:02:44	0:46:21	<u>7'47"/km</u>
9.	58	0:01:46	0:48:07	<u>9'00"/km</u>
10.	60	0:00:44	0:48:51	<u>8'20"/km</u>
11.	73	0:01:37	0:50:28	<u>13'08"/km</u>
12.	74	0:00:48	0:51:16	<u>8'19"/km</u>
13.	95	0:00:21	0:51:37	<u>5'23"/km</u>

www.HELGA-O.com © Michael Hock