



## Adventcycling 2018

	Sonntag, 02.12. 2018	10 - 10.50h	11 - 11.50h	12 - 12.50h	13 - 14h	Profil	HF	Besonderes
1	Nicole	Nicole				Low to High	65 bis 85%	Welcome
2	Christoph		Christoph			Fartlek	65 bis 85%	
3	Kathrin			Kathrin		Hill	75 bis 85%	
4	<b>Gast</b>				<b>Mario</b>	<b>Surprise/Finale</b>	65 bis 85%	Im Seeland
	Sonntag, 09.12. 2018	10 - 10.50h	11 - 11.50h	12 - 12.50h	13 - 14h	Profil	HF	Besonderes
1	Evelyne	Evelyne				Low to High	65 bis 85%	Welcome
2	Andrea		Andrea			Laps	65 bis 85%	
3	Cecco			Sandra		HEE	75 bis 85%	
4	<b>Gast</b>				<b>Reto</b>	<b>Surprise/Finale</b>	65 bis 85%	Mini Heimat
5								
	Sonntag, 16.12. 2018	10 - 10.50h	11 - 11.50h	12 - 12.50h	13 - 14h	Profil	HF	Besonderes
1	Nadia	Nadia				Low to High	65 bis 85%	Welcome
2	Roger		Roger			Hill	75 bis 85%	
3	Sidonia			Sidonia		Intervall ext.	65 bis 85%	
4	<b>Gast</b>				<b>Stephan</b>	<b>Surprise/Finale</b>	65 bis 85%	Ma Région