



3. Hohegeißer Bergduathlon

Hohegeiß / 09.05.2010

Detailauswertung

Trost, Frank

Gesamt-Zeit: 1:15:53

Verein: Nordhausen

Startnummer: 131

Strecke: 26,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 13 (von 36)

GeißMan (Jedermannrennen) 4.5-19-3.0 km

Strecken-Platzierung/Männer: 13 (von 31)

Bestzeit der Strecke: 1:01:44

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 2(von 6)

AK 3 männlich (40-49 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:14:09

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,50	5:27	3:38	4	0:17	18	0:49	1,50	5:27	3:38	2	0:17	1	-
Runde 2	1,50	6:21	4:14	4	0:42	18	1:17	3,00	11:48	3:56	2	0:59	1	-
Letzte Runde Ra	1,50	7:13	4:48	3	0:54	17	1:25	4,50	19:01	4:13	2	1:53	1	-
Runde 1	6,30	14:48	2:20	4	1:21	18	7:39	10,80	33:49	3:07	2	2:18	17	0:42
Runde 2	6,30	14:54	2:21	4	1:28	18	7:45	17,10	48:43	2:50	2	2:53	17	1:36
Letzte Runde Ra	6,30	11:53	1:53	1	-	3	5:21	23,40	1:00:36	2:35	2		17	
Runde 1	1,50	0:28	0:18	1	-	2	0:04	24,90	1:01:04	2:27	2		17	
Letzte Runde La	1,50	14:49	9:52	6	8:25	29	9:27	26,40	1:15:53	2:52	2	1:44	15	39:42