



3. Hohegeißer Bergduathlon

Hohegeiß / 09.05.2010

Detailauswertung

Rabet, Ramin

Gesamt-Zeit: 2:36:21

Verein: Braunschweig

Startnummer: 163

Strecke: 55,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 15 (von 25)

HarzMan (10-40-5 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 22)

Bestzeit der Strecke: 2:06:11

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 5(von 8)

AK 3 männlich (40-49 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 2:18:33

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 | 2,50 | 9:20 | 3:44 | 3 | 0:50 | 10 | 1:14 | 2,50 | 9:20 | 3:44 | 5 | 0:50 | 10 | |
| Runde 2 | 2,50 | 9:37 | 3:50 | 2 | 0:30 | 7 | 1:24 | 5,00 | 18:57 | 3:47 | 5 | 1:20 | 10 | |
| Runde 3 | 2,50 | 9:49 | 3:55 | 2 | 0:32 | 7 | 1:35 | 7,50 | 28:46 | 3:50 | 5 | 1:52 | 10 | |
| Letzte Runde Ra | 2,50 | 10:31 | 4:12 | 2 | 0:32 | 7 | 1:43 | 10,00 | 39:17 | 3:55 | 5 | 2:24 | 10 | |
| Runde 1 | 10,00 | 23:00 | 2:17 | 6 | 22:31 | 15 | 22:39 | 20,00 | 1:02:17 | 3:06 | 5 | 5:14 | 10 | |
| Runde 2 | 10,00 | 23:28 | 2:20 | 6 | 3:40 | 15 | 5:07 | 30,00 | 1:25:45 | 2:51 | 5 | 8:54 | 10 | |
| Runde 3 | 10,00 | 23:09 | 2:18 | 5 | 3:07 | 11 | 4:18 | 40,00 | 1:48:54 | 2:43 | 5 | 12:01 | 10 | |
| Letzte Runde Ra | 10,00 | 25:35 | 2:33 | 7 | 4:28 | 16 | 6:13 | 50,00 | 2:14:29 | 2:41 | 5 | 16:29 | 10 | 0:44 |
| Runde 1 | 2,50 | 11:07 | 4:26 | 4 | 1:17 | 14 | 2:41 | 52,50 | 2:25:36 | 2:46 | 5 | 17:17 | 10 | 1:23 |
| Letzte Runde La | 2,50 | 10:45 | 4:17 | 3 | 1:07 | 7 | 1:51 | 55,00 | 2:36:21 | 2:50 | 5 | 17:48 | 14 | 30:10 |