



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft
Hohegeiß / 06.05.2012

Detailauswertung

Polten, Andreas

Verein: SV Hoeckelheim
Startnummer: 267

Strecke: 26,40 km
GeißMan (Jedermannrennen) 4,5-19,0-3,0

Kategorie:
AK 3 männlich (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:23:50

Geschwindigkeit: 18,61 km/h
Laufleistung: 3:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 18 (von 29)

Strecken-Platzierung/Männer: 15 (von 19)

Bestzeit der Strecke: 58:21

Kategorie-Platzierung: 5(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 1:05:37

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	
Runde 1	1,50	6:30	4:19	5	1:19	15	1:54	1,50	6:30	4:19	5	1:19	6	1:09	
Runde 2	1,50	7:02	4:41	5	1:36	16	2:21	3,00	13:32	4:30	5	2:55	5	2:24	
Letzte Runde Ra	1,50	8:09	5:26	5	1:57	15	2:52	4,50	21:41	4:49	5	4:52	6	4:28	
Runde 1	0,20	0:26	2:09	5	0:05	13	0:10	4,70	22:07	4:42	5	4:54	6	4:30	
Runde 2	6,30	14:47	2:20	6	2:36	18	14:19	11,00	36:54	3:21	5	7:30	6	4:07	
Runde 3	6,30	15:09	2:24	5	3:01	16	14:41	17,30	52:03	3:00	5	10:31	6	4:21	
Letzte Runde Ra	6,30	15:59	2:32	5	3:18	15	15:31	23,60	1:08:02	2:52	5	13:49	6	4:50	
Runde 1	0,20	0:29	2:24	4	0:09	15	0:09	23,80	1:08:31	2:52	5	13:58	6	4:53	
Runde 2	1,50	7:23	4:55	5	1:53	15	6:55	25,30	1:15:54	3:00	5	15:51	6	6:08	
Letzte Runde Per	-	1:00	-	1	-	1	-	25,30	1:16:54	-	2	1:16:54	2	1:16:54	
Lauf	1,10	6:56	6:18	5	1:22	13	1:50	26,40	1:23:50	3:10	5	18:13	16	1:05:42	