



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft  
Hohegeiß / 06.05.2012

Detailauswertung

Bönker, Detlef

Verein: TSV Egestorf  
Startnummer: 255

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

Kategorie:  
AK 3 männlich (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:25:07

Geschwindigkeit: 18,33 km/h  
Laufleistung: 3:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 29)  
Strecken-Platzierung/Männer: 16 (von 19)  
Bestzeit der Strecke: 58:21

Kategorie-Platzierung: 6(von 6)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:05:37

Zwischenzeiten		Teilstreckenwertung						Gesamtwertung						
Kontrolle	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	6:53	4:35	6	1:42	17	2:17	1,50	6:53	4:35	6	1:42	4	1:32
Runde 2	1,50	7:19	4:52	6	1:53	17	2:38	3,00	14:12	4:44	6	3:35	4	3:04
Letzte Runde Ra	1,50	8:27	5:37	6	2:15	17	3:10	4,50	22:39	5:01	6	5:50	4	5:26
Runde 1	0,20	0:23	1:55	2	0:02	8	0:07	4,70	23:02	4:54	6	5:49	4	5:25
Runde 2	6,30	14:40	2:19	4	2:29	15	14:12	11,00	37:42	3:25	6	8:18	4	4:55
Runde 3	6,30	15:08	2:24	4	3:00	15	14:40	17,30	52:50	3:03	6	11:18	4	5:08
Letzte Runde Ra	6,30	16:00	2:32	6	3:19	16	15:32	23,60	1:08:50	2:54	6	14:37	4	5:38
Runde 1	0,20	0:36	2:59	6	0:16	18	0:16	23,80	1:09:26	2:55	6	14:53	4	5:48
Runde 2	1,50	7:51	5:14	6	2:21	17	7:23	25,30	1:17:17	3:03	6	17:14	4	7:31
Letzte Runde Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	25,30	-	-	-	-	-	-
Lauf	1,10	7:50	7:07	6	2:16	17	2:44	26,40	1:25:07	3:13	6	19:30	17	1:06:59