



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft  
Hohegeiß / 06.05.2012

Detailauswertung

Lindert, Jörg

Verein: MTV Förste e.V.  
Startnummer: 60

Strecke: 55,00 km  
HarzMan 10,0-40,0-5,0

Kategorie:  
AK 2 männlich (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:31:37

Geschwindigkeit: 21,77 km/h  
Laufleistung: 2:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 46)  
Strecken-Platzierung/Männer: 12 (von 42)  
Bestzeit der Strecke: 2:08:59

Kategorie-Platzierung: 6(von 14)  
Bestzeit in der Kategorie: 2:19:54

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	2,50	9:41	3:52	7	1:44	16	1:44	2,50	9:41	3:52	6	1:31	33		
Runde 2	2,50	9:56	3:58	7	1:32	15	1:32	5,00	19:37	3:55	6	2:47	33		
Runde 3	2,50	10:06	4:02	7	1:28	16	1:28	7,50	29:43	3:57	6	3:49	33		
Letzte Runde Ra	2,50	11:14	4:29	8	2:01	16	2:01	10,00	40:57	4:05	6	5:08	34		
Runde 1	0,20	0:20	1:39	4	0:01	4	0:01	10,20	41:17	4:02	6	5:03	33		
Runde 2	10,00	21:34	2:09	6	1:53	12	3:54	20,20	1:02:51	3:06	6	5:50	33		
Runde 3	10,00	22:03	2:12	6	2:14	13	4:22	30,20	1:24:54	2:48	6	6:49	33		
Runde 4	10,00	22:30	2:15	6	1:32	13	4:15	40,20	1:47:24	2:40	6	8:21	33		
Letzte Runde Ra	10,00	22:54	2:17	5	1:02	11	12:01	50,20	2:10:18	2:35	6	9:16	33		
Runde 1	0,20	0:28	2:19	8	0:05	13	0:07	50,40	2:10:46	2:35	6	9:21	33		
Runde 2	2,50	10:15	4:05	3	1:04	7	1:04	52,90	2:21:01	2:39	6	10:25	33		
Letzte Runde Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52,90	-	-	-	-	-	-	
Lauf	2,10	10:36	5:02	5	1:30	12	1:33	55,00	2:31:37	2:45	6	11:43	13	1:05:22	