



# 5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

## Detailauswertung

### Block, Ruben

Verein: WSV 21  
Startnummer: 8

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

Kategorie:  
AK 1 männlich (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:40:48

Geschwindigkeit: 20,52 km/h  
Laufleistung: 2:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 18 (von 46)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 42)

Bestzeit der Strecke: 2:08:59

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 2:08:59

Kontrolle	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	10:01	4:00	6	1:49	23	2:04	2,50	10:01	4:00	4	1:49	38	
Runde 2	2,50	10:42	4:16	6	2:04	27	2:18	5,00	20:43	4:08	4	3:53	39	0:35
Runde 3	2,50	10:47	4:18	6	1:44	25	2:09	7,50	31:30	4:12	4	5:35	6	0:41
Letzte Runde Ra	2,50	11:26	4:34	5	2:02	19	2:13	10,00	42:56	4:17	4	7:37	40	0:54
Runde 1	0,20	0:26	2:09	6	0:05	25	0:07	10,20	43:22	4:15	4	7:40	39	0:54
Runde 2	10,00	22:19	2:13	4	4:39	16	4:39	20,20	1:05:41	3:15	4	12:19	39	
Runde 3	10,00	23:23	2:20	4	5:42	21	5:42	30,20	1:29:04	2:56	4	18:01	39	
Runde 4	10,00	23:02	2:18	4	4:47	15	4:47	40,20	1:52:06	2:47	4	22:48	39	
Letzte Runde Ra	10,00	24:13	2:25	4	4:57	16	13:20	50,20	2:16:19	2:42	4	27:45	39	
Runde 1	0,20	0:28	2:19	5	0:06	13	0:07	50,40	2:16:47	2:42	4	27:48	39	
Runde 2	2,50	11:34	4:37	6	2:17	23	2:23	52,90	2:28:21	2:48	4	29:34	39	
Letzte Runde Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52,90	-	-	-	-	-	-
Lauf	2,10	12:27	5:55	6	3:24	31	3:24	55,00	2:40:48	2:55	4	31:49	19	1:14:33