



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft  
Hohegeiß / 06.05.2012

Detailauswertung

Simon, Wolfgang

Verein: VfL Wolfsburg  
Startnummer: 47

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

Kategorie:  
AK 5 männlich (60 und älter)

Gesamt-Zeit: 2:40:49

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 46)

Strecken-Platzierung/Männer: 19 (von 42)

Bestzeit der Strecke: 2:08:59

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 2:40:49

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	9:49	3:55	2	0:13	18	1:52	2,50	9:49	3:55	1	-	40	
Runde 2	2,50	10:03	4:01	2	0:22	17	1:39	5,00	19:52	3:58	1	-	40	
Runde 3	2,50	10:23	4:09	2	0:37	20	1:45	7,50	30:15	4:01	1	-	40	
Letzte Runde Ra	2,50	11:38	4:39	2	1:16	20	2:25	10,00	41:53	4:11	1	-	41	
Runde 1	0,20	0:26	2:09	2	0:02	25	0:07	10,20	42:19	4:08	1	-	40	
Runde 2	10,00	22:25	2:14	1	-	17	4:45	20,20	1:04:44	3:12	1	-	40	
Runde 3	10,00	22:44	2:16	1	-	17	5:03	30,20	1:27:28	2:53	1	-	40	
Runde 4	10,00	23:18	2:19	1	-	17	5:03	40,20	1:50:46	2:45	1	-	40	
Letzte Runde Ra	10,00	25:54	2:35	1	-	23	15:01	50,20	2:16:40	2:43	1	-	40	
Runde 1	0,20	0:34	2:49	2	0:03	33	0:13	50,40	2:17:14	2:43	1	-	40	
Runde 2	2,50	12:01	4:48	2	0:49	27	2:50	52,90	2:29:15	2:49	1	-	40	
Letzte Runde Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52,90	-	-	-	-	-	-
Lauf	2,10	11:34	5:30	2	0:28	23	2:31	55,00	2:40:49	2:55	1	-	20	1:14:34