



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft  
Hohegeiß / 06.05.2012

Detailauswertung

Golenia, Christiane

Verein: LC Hansa Stuhr Tri-Wölfe  
Startnummer: 20

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

Kategorie:  
AK 4 weiblich (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:46:35

Geschwindigkeit: 19,81 km/h  
Laufleistung: 3:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 46)

Strecken-Platzierung/Frauen: 2 (von 4)

Bestzeit der Strecke: 2:40:52

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 2:46:35

| Kontrolle        | Zwischenzeiten |            |              |            |              |              |                | Teilstreckenwertung |             |               |            | Gesamtwertung |              |                |  |
|------------------|----------------|------------|--------------|------------|--------------|--------------|----------------|---------------------|-------------|---------------|------------|---------------|--------------|----------------|--|
|                  | Split km       | Split Zeit | Split min/km | Platz Kat. | Rückst. Kat. | Platz Frauer | Rückst. Frauen | Gesamt km           | Gesamt Zeit | Gesamt min/km | Platz Kat. | Rückst. Kat.  | Platz Frauer | Rückst. Frauen |  |
| Runde 1          | 2,50           | 10:57      | 4:22         | 1          | -            | 2            | 0:50           | 2,50                | 10:57       | 4:22          | 1          | -             | 2            | 0:50           |  |
| Runde 2          | 2,50           | 11:22      | 4:32         | 1          | -            | 2            | 0:37           | 5,00                | 22:19       | 4:27          | 1          | -             | 2            | 1:27           |  |
| Runde 3          | 2,50           | 11:13      | 4:29         | 1          | -            | 2            | 0:12           | 7,50                | 33:32       | 4:28          | 1          | -             | 2            | 1:39           |  |
| Letzte Runde Ra  | 2,50           | 11:56      | 4:46         | 1          | -            | 2            | 0:01           | 10,00               | 45:28       | 4:32          | 1          | -             | 2            | 1:40           |  |
| Runde 1          | 0,20           | 0:30       | 2:30         | 1          | -            | 3            | 0:09           | 10,20               | 45:58       | 4:30          | 1          | -             | 2            | 1:49           |  |
| Runde 2          | 10,00          | 23:25      | 2:20         | 1          | -            | 2            | 1:01           | 20,20               | 1:09:23     | 3:26          | 1          | -             | 2            | 2:50           |  |
| Runde 3          | 10,00          | 23:41      | 2:22         | 1          | -            | 2            | 0:58           | 30,20               | 1:33:04     | 3:04          | 1          | -             | 2            | 3:48           |  |
| Runde 4          | 10,00          | 24:07      | 2:24         | 1          | -            | 2            | 0:46           | 40,20               | 1:57:11     | 2:54          | 1          | -             | 2            | 4:34           |  |
| Letzte Runde Ra  | 10,00          | 25:03      | 2:30         | 1          | -            | 2            | 0:18           | 50,20               | 2:22:14     | 2:49          | 1          | -             | 2            | 4:52           |  |
| Runde 1          | 0,20           | 0:31       | 2:35         | 1          | -            | 2            | 0:05           | 50,40               | 2:22:45     | 2:49          | 1          | -             | 2            | 4:57           |  |
| Runde 2          | 2,50           | 11:51      | 4:44         | 1          | -            | 2            | 0:22           | 52,90               | 2:34:36     | 2:55          | 1          | -             | 2            | 5:19           |  |
| Letzte Runde Per | -              | fehlt!     | -            | -          | -            | -            | -              | 52,90               | -           | -             | -          | -             | -            | -              |  |
| Lauf             | 2,10           | 11:59      | 5:42         | 1          | -            | 2            | 0:24           | 55,00               | 2:46:35     | 3:01          | 1          | -             | 2            | 5:43           |  |