



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

Detailauswertung

Wessels, Frank

Verein: 1. TCO Die Bären
Startnummer: 52

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

Kategorie:
AK 3 männlich (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:51:34

Geschwindigkeit: 19,23 km/h
Laufleistung: 3:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 46)
Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 42)
Bestzeit der Strecke: 2:08:59

Kategorie-Platzierung: 10(von 15)
Bestzeit in der Kategorie: 2:24:58

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	11:08	4:27	14	2:22	36	3:11	2,50	11:08	4:27	11	1:47	11	1:06	
Runde 2	2,50	11:21	4:32	14	2:00	35	2:57	5,00	22:29	4:29	11	3:29	11	2:21	
Runde 3	2,50	11:19	4:31	10	1:45	31	2:41	7,50	33:48	4:30	11	5:02	11	2:59	
Letzte Runde Ra	2,50	12:08	4:51	8	1:58	26	2:55	10,00	45:56	4:35	11	7:00	11	3:54	
Runde 1	0,20	0:26	2:09	8	0:05	25	0:07	10,20	46:22	4:32	11	6:33	11	3:54	
Runde 2	10,00	24:57	2:29	11	4:16	32	7:17	20,20	1:11:19	3:31	11	10:49	11	4:51	
Runde 3	10,00	24:15	2:25	10	3:32	27	6:34	30,20	1:35:34	3:09	11	14:21	11	4:15	
Runde 4	10,00	24:48	2:28	9	4:14	25	6:33	40,20	2:00:22	2:59	11	18:35	11	2:54	
Letzte Runde Ra	10,00	25:44	2:34	8	4:02	22	14:51	50,20	2:26:06	2:54	11	22:37	11		
Runde 1	0,20	0:35	2:54	13	0:14	35	0:14	50,40	2:26:41	2:54	11	22:24	11		
Runde 2	2,50	12:35	5:01	10	2:24	31	3:24	52,90	2:39:16	3:00	11	24:30	11		
Letzte Runde Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52,90	-	-	-	-	-	-	
Lauf	2,10	12:18	5:51	11	2:07	29	3:15	55,00	2:51:34	3:07	10	26:36	31	1:25:19	