



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

Detailauswertung

Böhning, Hans-Martin

Verein: LT Rüniger Roadrunner
Startnummer: 10

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

Kategorie:
AK 3 männlich (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:57:55

Geschwindigkeit: 18,55 km/h
Laufleistung: 3:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 38 (von 46)
Strecken-Platzierung/Männer: 35 (von 42)
Bestzeit der Strecke: 2:08:59

Kategorie-Platzierung: 13(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	10:31	4:12	10	1:45	32	2:34	2,50	10:31	4:12	13	1:10	15	0:29	
Runde 2	2,50	11:00	4:24	9	1:39	30	2:36	5,00	21:31	4:18	13	2:31	15	1:23	
Runde 3	2,50	11:22	4:32	11	1:48	32	2:44	7,50	32:53	4:23	13	4:07	15	2:04	
Letzte Runde Ra	2,50	13:40	5:28	13	3:30	35	4:27	10,00	46:33	4:39	13	7:37	15	4:31	
Runde 1	0,20	0:37	3:05	14	0:16	40	0:18	10,20	47:10	4:37	13	7:21	15	4:42	
Runde 2	10,00	25:37	2:33	13	4:56	37	7:57	20,20	1:12:47	3:36	13	12:17	15	6:19	
Runde 3	10,00	26:07	2:36	13	5:24	36	8:26	30,20	1:38:54	3:16	13	17:41	15	7:35	
Runde 4	10,00	25:52	2:35	11	5:18	30	7:37	40,20	2:04:46	3:06	13	22:59	15	7:18	
Letzte Runde Ra	10,00	27:20	2:44	11	5:38	29	16:27	50,20	2:32:06	3:01	13	28:37	15	4:38	
Runde 1	0,20	0:28	2:19	2	0:07	13	0:07	50,40	2:32:34	3:01	13	28:17	15	4:34	
Runde 2	2,50	12:46	5:06	13	2:35	34	3:35	52,90	2:45:20	3:07	13	30:34	15	4:26	
Letzte Runde Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52,90	-	-	-	-	-	-	
Lauf	2,10	12:35	5:59	12	2:24	33	3:32	55,00	2:57:55	3:14	13	32:57	36	1:31:40	