



# 5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

## Detailauswertung

**Bade, Hans-Henning**

Verein: MTV FREIHEIT  
Startnummer: 2

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

Kategorie:  
AK 4 männlich (50-59 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 3:12:17**

Geschwindigkeit: 17,16 km/h  
Laufleistung: 3:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 43 (von 46)  
Strecken-Platzierung/Männer: 39 (von 42)  
Bestzeit der Strecke: 2:08:59

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)  
Bestzeit in der Kategorie: 2:44:03

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	11:55	4:46	3	1:56	39	3:58	2,50	11:55	4:46	3	1:56	19	1:53	
Runde 2	2,50	12:07	4:50	2	1:32	37	3:43	5,00	24:02	4:48	3	3:28	19	3:54	
Runde 3	2,50	12:17	4:54	2	1:26	37	3:39	7,50	36:19	4:50	3	4:54	19	5:30	
Letzte Runde Ra	2,50	13:56	5:34	3	1:27	38	4:43	10,00	50:15	5:01	4		19	8:13	
Runde 1	0,20	0:20	1:39	1	-	4	0:01	10,20	50:35	4:57	3	6:11	19	8:07	
Runde 2	10,00	27:30	2:45	3	4:38	39	9:50	20,20	1:18:05	3:51	3	10:49	19	11:37	
Runde 3	10,00	27:58	2:47	3	4:41	39	10:17	30,20	1:46:03	3:30	3	15:30	19	14:44	
Runde 4	10,00	28:27	2:50	3	4:41	39	10:12	40,20	2:14:30	3:20	3	20:11	19	17:02	
Letzte Runde Ra	10,00	30:47	3:04	3	19:54	39	19:54	50,20	2:45:17	3:17	3	40:05	19	17:49	
Runde 1	0,20	0:32	2:39	1	-	29	0:11	50,40	2:45:49	3:17	3	25:54	19	17:49	
Runde 2	2,50	13:15	5:17	2	1:39	37	4:04	52,90	2:59:04	3:23	3	27:33	19	18:10	
Letzte Runde Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52,90	-	-	-	-	-	-	
Lauf	2,10	13:13	6:17	2	0:41	37	4:10	55,00	3:12:17	3:29	4	1:46:02	40	1:46:02	