



### 3. Lönskrug "Warm-up-Marathon" für Mountainbiker Hellental (Gemeinde Heinade) / 05.04.2009

#### evaluación detallada

**Ebsen, Nils-Holger**

Asociación: Rinteln  
Dorsal: 469

recorrido: 40.80 km  
Mitteldistanz Hobby

categoría:  
Masters männlich Hobby

tiempo total: 2:23:06

velocidad: 16.77 km/h

posición en el recorrido/Total: 131 (de 156)

posición en el recorrido/Men: 129 (de 147)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:38

posición en la categoría: 57(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 1:34:38

#### tiempos parciales

#### stage score

#### Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	km/h	categoría	Men	Men	Men	km	tiempo	km/h	categoría	Men	Men	Men
vuelta 1	16.30	56:51	16.89	59	19:45	135	29:29	16.30	56:51	16.89	28	5:49	135	10:32
vuelta 2	20.40	1:12:10	16.63	53	1:12:06	118	1:12:06	36.70	2:09:01	16.74	27	10:25	129	43:27
última vuelta me	4.10	14:05	17.04	54	5:07	125	5:11	40.80	2:23:06	16.77	59	1:25:54	135	1:25:54