



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

evaluación detallada

Block, Ruben

Asociación: WSV 21
Dorsal: 8

recorrido: 55.00 km
HarzMan 10,0-40,0-5,0

categoría:
AK 1 männlich (20-29 Jahre)

tiempo total: 2:40:48

velocidad: 20.52 km/h
rendimiento en carrera: 2:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 46)
posición en el recorrido/Men: 18 (de 42)
mejor tiempo del recorrido: 2:08:59

posición en la categoría: 4(de 6)
mejor tiempo en la categoría: 2:08:59

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men	
vuelta 1	2.50	10:01	4:00	6	1:49	23	2:50	10:01	4:00	4	1:49	38	
vuelta 2	2.50	10:42	4:16	6	2:04	27	5.00	20:43	4:08	4	3:53	39	0:35
vuelta 3	2.50	10:47	4:18	6	1:44	25	7.50	31:30	4:12	4	5:35	6	0:41
última vuelta Ra	2.50	11:26	4:34	5	2:02	19	10.00	42:56	4:17	4	7:37	40	0:54
vuelta 1	0.20	0:26	2:09	6	0:05	25	10.20	43:22	4:15	4	7:40	39	0:54
vuelta 2	10.00	22:19	2:13	4	4:39	16	20.20	1:05:41	3:15	4	12:19	39	
vuelta 3	10.00	23:23	2:20	4	5:42	21	30.20	1:29:04	2:56	4	18:01	39	
vuelta 4	10.00	23:02	2:18	4	4:47	15	40.20	1:52:06	2:47	4	22:48	39	
última vuelta Ra	10.00	24:13	2:25	4	4:57	16	50.20	2:16:19	2:42	4	27:45	39	
vuelta 1	0.20	0:28	2:19	5	0:06	13	50.40	2:16:47	2:42	4	27:48	39	
vuelta 2	2.50	11:34	4:37	6	2:17	23	52.90	2:28:21	2:48	4	29:34	39	
última vuelta Per	-	fehlt!	-	-	-	-	52.90	-	-	-	-	-	-
Lauf	2.10	12:27	5:55	6	3:24	31	55.00	2:40:48	2:55	4	31:49	19	1:14:33