



# 5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

## evaluación detallada

**Trossen, Holger**

Asociación: LSV TriTeam  
Dorsal: 50

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

categoría:  
AK 3 männlich (40-49 Jahre)

tiempo total: 2:41:06

velocidad: 20.48 km/h  
rendimiento en carrera: 2:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 46)  
posición en el recorrido/Men: 20 (de 42)  
mejor tiempo del recorrido: 2:08:59

posición en la categoría: 6(de 15)  
mejor tiempo en la categoría: 2:24:58

control	tiempos parciales							stage score							Total score	
	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	2.50	10:26	4:10	8	1:40	29	2:29	2.50	10:26	4:10	6	1:05	41	0:24		
vuelta 2	2.50	10:40	4:15	8	1:19	26	2:16	5.00	21:06	4:13	6	2:06	41	0:58		
vuelta 3	2.50	10:48	4:19	8	1:14	26	2:10	7.50	31:54	4:15	6	3:08	41	1:05		
última vuelta Ra	2.50	11:45	4:42	6	1:35	22	2:32	10.00	43:39	4:21	6	4:43	42	1:37		
vuelta 1	0.20	0:32	2:39	13	0:11	39	0:13	10.20	44:11	4:19	6	4:22	41	1:43		
vuelta 2	10.00	23:17	2:19	8	2:36	24	5:37	20.20	1:07:28	3:20	6	6:58	41	1:00		
vuelta 3	10.00	22:53	2:17	5	2:10	18	5:12	30.20	1:30:21	2:59	6	9:08	41			
vuelta 4	10.00	23:13	2:19	5	2:39	16	4:58	40.20	1:53:34	2:49	6	11:47	41			
última vuelta Ra	10.00	24:52	2:29	6	3:10	18	13:59	50.20	2:18:26	2:45	6	14:57	41			
vuelta 1	0.20	0:32	2:39	10	0:11	29	0:11	50.40	2:18:58	2:45	6	14:41	41			
vuelta 2	2.50	11:04	4:25	6	0:53	17	1:53	52.90	2:30:02	2:50	6	15:16	41			
última vuelta Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52.90	-	-	-	-	-	-		
Lauf	2.10	11:04	5:16	6	0:53	16	2:01	55.00	2:41:06	2:55	6	16:08	21	1:14:51		