



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

evaluación detallada

Golenia, Christiane

Asociación: LC Hansa Stuhr Tri-Wölfe
Dorsal: 20

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

categoría:
AK 4 weiblich (50-59 Jahre)

tiempo total: 2:46:35

velocidad: 19.81 km/h
rendimiento en carrera: 3:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 26 (de 46)
posición en el recorrido/Women: 2 (de 4)
mejor tiempo del recorrido: 2:40:52

posición en la categoría: 1(de 1)
mejor tiempo en la categoría: 2:46:35

tiempos parciales		stage score						Total score						
control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisión	retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women
vuelta 1	2.50	10:57	4:22	1	-	2	0:50	2.50	10:57	4:22	1	-	2	0:50
vuelta 2	2.50	11:22	4:32	1	-	2	0:37	5.00	22:19	4:27	1	-	2	1:27
vuelta 3	2.50	11:13	4:29	1	-	2	0:12	7.50	33:32	4:28	1	-	2	1:39
última vuelta Ra	2.50	11:56	4:46	1	-	2	0:01	10.00	45:28	4:32	1	-	2	1:40
vuelta 1	0.20	0:30	2:30	1	-	3	0:09	10.20	45:58	4:30	1	-	2	1:49
vuelta 2	10.00	23:25	2:20	1	-	2	1:01	20.20	1:09:23	3:26	1	-	2	2:50
vuelta 3	10.00	23:41	2:22	1	-	2	0:58	30.20	1:33:04	3:04	1	-	2	3:48
vuelta 4	10.00	24:07	2:24	1	-	2	0:46	40.20	1:57:11	2:54	1	-	2	4:34
última vuelta Ra	10.00	25:03	2:30	1	-	2	0:18	50.20	2:22:14	2:49	1	-	2	4:52
vuelta 1	0.20	0:31	2:35	1	-	2	0:05	50.40	2:22:45	2:49	1	-	2	4:57
vuelta 2	2.50	11:51	4:44	1	-	2	0:22	52.90	2:34:36	2:55	1	-	2	5:19
última vuelta Per	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52.90	-	-	-	-	-	-
Lauf	2.10	11:59	5:42	1	-	2	0:24	55.00	2:46:35	3:01	1	-	2	5:43