



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

#### Exploitation détaillée

Nandrin, Kai

Association: Gerke-Getraenke.de  
Dossard: 452

Circuit: 40.80 km  
Mitteldistanz Hobby

Catégorie:  
Masters männlich Hobby

Temps total: 1:49:58

Vitesse: 22.26 km/h

Place par parcours/Total: 43 (de 156)

Place par parcours/Hommes: 43 (de 147)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:38

Place par catégorie: 18(de 63)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:34:38

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	16.30	44:21	22.05	23	7:15	53	16:59	16.30	44:21	22.05	52			48
Tour 2	20.40	55:15	22.15	18	55:11	40	55:11	36.70	1:39:36	22.11	48			43 14:02
Dernier temps Ar	4.10	10:22	23.73	14	1:24	37	1:28	40.80	1:49:58	22.26	20	52:46		48 52:46