



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

#### Exploitation détaillée

Schwerdtfeger, Gerd

Association: DDMC Solling e. V.  
Dossard: 291

Circuit: 20.40 km  
Kurzdistanz Hobby

Catégorie:  
Senioren I Hobby

Temps total: 53:01

Vitesse: 22.63 km/h

Place par parcours/Total: 6 (de 30)  
Place par parcours/Hommes: 6 (de 26)  
Meilleur temps dans le parcours: 45:12

Place par catégorie: 2(de 8)  
Meilleur temps dans la catégorie: 50:54

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Etape			Place Retard				Total						
	km	Temps	km/h	catg.	catg.Homm	Hommes	km	Temps	km/h	catg.	catg.Homm	Hommes		
Tour 1	16.30	43:01	22.32	2	1:55	6	6:27	16.30	43:01	22.32	2	1:55	21	
Dernier temps A	4.10	10:00	24.00	2	0:12	5	1:26	20.40	53:01	22.63	2	2:07	6	7:49