



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

Exploitation détaillée

Ebsen, Nils-Holger

Association: Rinteln  
 Dossard: 469

Circuit: 40.80 km  
 Mitteldistanz Hobby

Catégorie:  
 Masters männlich Hobby

Temps total: 2:23:06

Vitesse: 16.77 km/h

Place par parcours/Total: 131 (de 156)

Place par parcours/Hommes: 129 (de 147)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:38

Place par catégorie: 57(de 63)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:34:38

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape km/h	Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard	
	km	Temps		catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	km/h	catg.	catg.	Hommes	Hommes			
Tour 1	16.30	56:51	16.89	59	19:45	135	29:29	16.30	56:51	16.89	28	5:49	135	10:32			
Tour 2	20.40	1:12:10	16.63	53	1:12:06	118	1:12:06	36.70	2:09:01	16.74	27	10:25	129	43:27			
Dernier temps Ar	4.10	14:05	17.04	54	5:07	125	5:11	40.80	2:23:06	16.77	59	1:25:54	135	1:25:54			