



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

Exploitation détaillée

Hold, Jürgen

Association: LAV Verden
Dossard: 25

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

Catégorie:
AK 5 männlich (60 und älter)

Temps total: 2:45:03

Vitesse: 19.99 km/h
Kilométrage: 3:00 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 46)
Place par parcours/Hommes: 23 (de 42)
Meilleur temps dans le parcours: 2:08:59

Place par catégorie: 2(de 3)
Meilleur temps dans la catégorie: 2:40:49

| Poste | Temps intermédiaires | | | | | | | Résultats d'étape | | | | Résultat total | | | |
|------------------|----------------------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------|-------------|-------------------|-------------|--------------|-------------|----------------|------------|-------------|--|
| | Etape km | Etape Temps | Etape min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm | Total km | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm | |
| Tour 1 | 2.50 | 9:36 | 3:50 | 1 | - | 13 | 1:39 | 2.50 | 9:36 | 3:50 | 2 | | 3 | | |
| Tour 2 | 2.50 | 9:41 | 3:52 | 1 | - | 12 | 1:17 | 5.00 | 19:17 | 3:51 | 2 | | 3 | | |
| Tour 3 | 2.50 | 9:46 | 3:54 | 1 | - | 10 | 1:08 | 7.50 | 29:03 | 3:52 | 2 | | 3 | | |
| Dernier temps R | 2.50 | 10:22 | 4:08 | 1 | - | 5 | 1:09 | 10.00 | 39:25 | 3:56 | 2 | | 3 | | |
| Tour 1 | 0.20 | 0:31 | 2:35 | 3 | 0:07 | 38 | 0:12 | 10.20 | 39:56 | 3:54 | 2 | | 3 | | |
| Tour 2 | 10.00 | 24:22 | 2:26 | 2 | 1:57 | 29 | 6:42 | 20.20 | 1:04:18 | 3:10 | 2 | | 3 | | |
| Tour 3 | 10.00 | 24:08 | 2:24 | 2 | 1:24 | 26 | 6:27 | 30.20 | 1:28:26 | 2:55 | 2 | 0:58 | 3 | | |
| Tour 4 | 10.00 | 26:14 | 2:37 | 2 | 2:56 | 33 | 7:59 | 40.20 | 1:54:40 | 2:51 | 2 | 3:54 | 3 | | |
| Dernier temps R | 10.00 | 27:34 | 2:45 | 2 | 1:40 | 30 | 16:41 | 50.20 | 2:22:14 | 2:49 | 2 | 5:34 | 3 | | |
| Tour 1 | 0.20 | 0:31 | 2:35 | 1 | - | 27 | 0:10 | 50.40 | 2:22:45 | 2:49 | 2 | 5:31 | 3 | | |
| Tour 2 | 2.50 | 11:12 | 4:28 | 1 | - | 18 | 2:01 | 52.90 | 2:33:57 | 2:54 | 2 | 4:42 | 3 | | |
| Dernier temps Pe | - | fehlt! | - | - | - | - | - | 52.90 | - | - | - | - | - | - | |
| Lauf | 2.10 | 11:06 | 5:17 | 1 | - | 17 | 2:03 | 55.00 | 2:45:03 | 3:00 | 2 | 4:14 | 24 | 1:18:48 | |