



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft  
Hohegeiß / 06.05.2012

Exploitation détaillée

Golenia, Christiane

Association: LC Hansa Stuhr Tri-Wölfe  
Dossard: 20

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

Catégorie:  
AK 4 weiblich (50-59 Jahre)

Temps total: 2:46:35

Vitesse: 19.81 km/h  
Kilométrage: 3:02 min/km

Place par parcours/Total: 26 (de 46)  
Place par parcours/Femmes: 2 (de 4)  
Meilleur temps dans le parcours: 2:40:52

Place par catégorie: 1(de 1)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:46:35

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape							Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes				
Tour 1	2.50	10:57	4:22	1	-	2	0:50	2.50	10:57	4:22	1	-	2	0:50				
Tour 2	2.50	11:22	4:32	1	-	2	0:37	5.00	22:19	4:27	1	-	2	1:27				
Tour 3	2.50	11:13	4:29	1	-	2	0:12	7.50	33:32	4:28	1	-	2	1:39				
Dernier temps R	2.50	11:56	4:46	1	-	2	0:01	10.00	45:28	4:32	1	-	2	1:40				
Tour 1	0.20	0:30	2:30	1	-	3	0:09	10.20	45:58	4:30	1	-	2	1:49				
Tour 2	10.00	23:25	2:20	1	-	2	1:01	20.20	1:09:23	3:26	1	-	2	2:50				
Tour 3	10.00	23:41	2:22	1	-	2	0:58	30.20	1:33:04	3:04	1	-	2	3:48				
Tour 4	10.00	24:07	2:24	1	-	2	0:46	40.20	1:57:11	2:54	1	-	2	4:34				
Dernier temps R	10.00	25:03	2:30	1	-	2	0:18	50.20	2:22:14	2:49	1	-	2	4:52				
Tour 1	0.20	0:31	2:35	1	-	2	0:05	50.40	2:22:45	2:49	1	-	2	4:57				
Tour 2	2.50	11:51	4:44	1	-	2	0:22	52.90	2:34:36	2:55	1	-	2	5:19				
Dernier temps Pe	-	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				