



# 5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

## Exploitation détaillée

**Bade, Hans-Henning**

Association: MTV FREIHEIT

Dossard: 2

Circuit: 55.00 km

HarzMan 10,0-40,0-5,0

Catégorie:

AK 4 männlich (50-59 Jahre)

Temps total: 3:12:17

Vitesse: 17.16 km/h

Kilométrage: 3:30 min/km

Place par parcours/Total: 43 (de 46)

Place par parcours/Hommes: 39 (de 42)

Meilleur temps dans le parcours: 2:08:59

Place par catégorie: 3(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:44:03

Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total						
Poste	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	11:55	4:46	3	1:56	39	3:58	2.50	11:55	4:46	3	1:56	19	1:53
Tour 2	2.50	12:07	4:50	2	1:32	37	3:43	5.00	24:02	4:48	3	3:28	19	3:54
Tour 3	2.50	12:17	4:54	2	1:26	37	3:39	7.50	36:19	4:50	3	4:54	19	5:30
Dernier temps R	2.50	13:56	5:34	3	1:27	38	4:43	10.00	50:15	5:01	4		19	8:13
Tour 1	0.20	0:20	1:39	1	-	4	0:01	10.20	50:35	4:57	3	6:11	19	8:07
Tour 2	10.00	27:30	2:45	3	4:38	39	9:50	20.20	1:18:05	3:51	3	10:49	19	11:37
Tour 3	10.00	27:58	2:47	3	4:41	39	10:17	30.20	1:46:03	3:30	3	15:30	19	14:44
Tour 4	10.00	28:27	2:50	3	4:41	39	10:12	40.20	2:14:30	3:20	3	20:11	19	17:02
Dernier temps R	10.00	30:47	3:04	3	19:54	39	19:54	50.20	2:45:17	3:17	3	40:05	19	17:49
Tour 1	0.20	0:32	2:39	1	-	29	0:11	50.40	2:45:49	3:17	3	25:54	19	17:49
Tour 2	2.50	13:15	5:17	2	1:39	37	4:04	52.90	2:59:04	3:23	3	27:33	19	18:10
Dernier temps Pe	-	fehlt!	-	-	-	-	-	52.90	-	-	-	-	-	-
Lauf	2.10	13:13	6:17	2	0:41	37	4:10	55.00	3:12:17	3:29	4	1:46:02	40	1:46:02