



7. Lönskrug \"Warm-up-Marathon\"  
Hellental (Gemeinde Heinade) / 06.04.2014

### Exploitation détaillée

Fricke, Helmut

Association: No Brake Dasseler Sport Club  
Dossard: 271

Circuit: 20.40 km  
Kurzdistanz

Catégorie:  
Senioren II

Temps total: 1:05:10

Vitesse: 18.41 km/h

Place par parcours/Total: 27 (de 31)

Place par parcours/Hommes: 25 (de 27)

Meilleur temps dans le parcours: 44:20

Place par catégorie: 3(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 52:39

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	km/h	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	km	Temps	km/h	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	
Tour 1	16.30	52:41	18.22	3	10:18	24	17:10								16.30	52:41	18.22	3	10:18	4	9:26								
Dernier temps A	4.10	12:29	19.23	3	2:13	20	3:40								20.40	1:05:10	18.41	3	12:31	25	20:50								