



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

### Exploitation détaillée

**Donig, Ralf**

Association: Focus RAPIRO racing  
Dossard: 409

Circuit: 40.80 km  
Mitteldistanz

Catégorie:  
Senioren I

Temps total: 1:40:44

Vitesse: 23.83 km/h

Place par parcours/Total: 38 (de 109)

Place par parcours/Hommes: 38 (de 100)

Meilleur temps dans le parcours: 1:24:36

Place par catégorie: 17(de 36)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:30:20

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Résultats d'étape				Résultat total							
	Etape km	Etape Temps	Etape km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	16.30	39:45	24.15	17	4:18	40	6:12	16.30	39:45	24.15	35		75	
Tour 2	20.40	51:00	23.53	16	5:05	35	8:09	36.70	1:30:45	23.80	35		83	
Dernier temps Ar	4.10	9:59	24.04	21	1:23	47	1:47	40.80	1:40:44	23.83	17	10:24	38	16:08