



### 3. Lönskrug "Warm-up-Marathon" für Mountainbiker Hellental (Gemeinde Heinade) / 05.04.2009

□□□□

**Adam, Siegfried**

□□□: 2:13:42

□□: Horn Bad Meinberg

□□: 18.31 km/h

□□: 5

□□: 40.80 km

□□□□□/□□□: 115 (of 156)

Mitteldistanz Hobby

□□□□□/□: 114 (of 147)

□□□□□□: 1:34:38

□□□□:

□□□□□: 38(of 47)

Senioren I Hobby

□□□□□□□: 1:36:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	16.30	47:44	20.49	24	20:22	78	20:22	16.30	47:44	20.49	16	6:34	120	1:25
□□ 2	20.40	1:14:09	16.51	40	25:28	123	1:14:05	36.70	2:01:53	18.07	15	3:03	114	36:19
□□□ □□	4.10	11:49	20.82	28	2:19	83	2:55	40.80	2:13:42	18.31	39	37:04	120	1:16:30