



# 2. Hohegeißer Bergduathlon/ Staffelrennen

Hohegeiß / 09.05.2009

□□□□

## Guido Laufgruppe 1

□□: Guido Laufgruppe 1

□□: 201

□□: 26.50 km

Harz- Staffel

□□□□:

Staffel

□□□: 1:37:03

□□: 16.07 km/h

□□□□: 16,38 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 3)

□□□□□/□□□: 2 (of 3)

□□□□□□: 1:24:45

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:24:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Lauf	4.50	32:31	7:13	3	9:24	3	9:24	4.50	32:31	7:13	3	9:24	3	9:24
Rad	19.00	44:04	2:19	1	-	1	-	23.50	1:16:35	3:15	3	6:56	3	6:56
Lauf	3.00	20:28	6:49	3	5:22	3	5:22	26.50	1:37:03	3:39	2	12:18	2	12:18