



3. Hohegeißer Bergduathlon

Hohegeiß / 09.05.2010

□□□□

Proff, Michael

□□□: 1:09:34

□□: Braunschweig

□□: 114

□□: 26.40 km

□□□□□/□□□: 5 (of 36)

GeißMan (Jedermannrennen) 4.5-19-3.0 km

□□□□□/□: 5 (of 31)

□□□□□□: 1:01:44

□□□□:

□□□□□: 4(of 10)

AK 1 männlich (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 1:04:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.50	4:40	3:06	2	0:02	4	0:02	1.50	4:40	3:06	4		25	
□□ 2	1.50	5:41	3:47	4	0:28	8	0:37	3.00	10:21	3:26	4	0:20	25	
□□□ Rad	1.50	6:44	4:29	4	0:55	11	0:56	4.50	17:05	3:47	4	1:09	25	
□□ 1	6.30	12:51	2:02	4	0:36	8	5:42	10.80	29:56	2:46	4	1:25	25	
□□ 2	6.30	12:37	2:00	4	0:44	8	5:28	17.10	42:33	2:29	4	1:50	25	
□□□ Rad	6.30	13:12	2:05	4	0:56	10	6:40	23.40	55:45	2:22	4	2:35	25	
□□ 1	1.50	0:24	0:16	1	-	1	-	24.90	56:09	2:15	4		25	
□□□ Lauf	1.50	13:25	8:56	10	8:03	28	8:03	26.40	1:09:34	2:38	4	5:27	7	33:23