



4. Hohegeißer Bergduathlon

Hohegeiß / 08.05.2011

□□□□

Darenberg, Ingo

□□□: 1:29:42

□□: DTU TRIATHLON-ABC

□□: 24

□□: 26.40 km

□□□□□/□□□: 19 (of 24)

GeißMan (Jedermannrennen) 4,5-19,0-3,0

□□□□□/□: 16 (of 19)

□□□□□□: 1:06:12

□□□□:

□□□□□: 8(of 8)

AK 3 männlich (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 1:10:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.50	7:13	4:48	8	1:47	17	2:24	1.50	7:13	4:48	8	1:47	4	0:44	
□□ 2	1.50	7:33	5:01	8	1:42	17	4:40	3.00	14:46	4:55	8	3:29	4	1:17	
□□□ Rad	1.50	8:09	5:26	7	1:24	15	1:34	4.50	22:55	5:05	8	4:53	4	1:35	
□□ 1	6.30	1:06	0:10	8	0:47	19	0:47	10.80	24:01	2:13	8	5:36	4	2:19	
□□ 2	6.30	15:36	2:28	8	3:08	16	4:21	17.10	39:37	2:19	8	8:44	4	4:04	
□□ 3	0.50	15:23	30:45	8	2:30	16	3:58	17.60	55:00	3:07	8	10:43	4	5:18	
□□□ Rad	6.30	16:24	2:36	8	2:46	15	4:17	23.90	1:11:24	2:59	8	13:24	4	5:05	
□□ 1	0.50	1:02	2:04	8	0:40	17	0:40	24.40	1:12:26	2:58	8	14:04	4	5:36	
□□ 2	1.50	8:36	5:44	8	3:09	15	3:29	25.90	1:21:02	3:07	8	17:13	4	5:13	
□□□ Lauf	1.50	8:40	5:46	8	1:54	17	6:01	26.40	1:29:42	3:23	8	19:01	16	23:30	