



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft
 Hohegeiß / 06.05.2012

□□□□

Schimpf, Richard

□□□: 1:22:58

□□: Leipzig

□□: 18.80 km/h

□□: 272

□□□□: 3:08 min/km

□□: 26.40 km

□□□□□/□□□: 15 (of 29)

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

□□□□□/□: 14 (of 19)

□□□□□□: 58:21

□□□□:

□□□□□: 5(of 5)

AK 1 männlich (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 1:06:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.50	6:43	4:28	5	1:34	16	2:07	1.50	6:43	4:28	5	1:26	5	1:22	
□□ 2	1.50	6:49	4:32	5	0:56	15	2:08	3.00	13:32	4:30	5	2:22	5	2:24	
□□□ Rad	1.50	8:49	5:52	5	2:11	19	3:32	4.50	22:21	4:58	5	4:33	5	5:08	
□□ 1	0.20	0:20	1:39	2	0:03	3	0:04	4.70	22:41	4:49	5	4:32	5	5:04	
□□ 2	6.30	13:43	2:10	5	2:56	13	13:15	11.00	36:24	3:18	5	6:46	5	3:37	
□□ 3	6.30	14:47	2:20	4	2:54	12	14:19	17.30	51:11	2:57	5	9:40	5	3:29	
□□□ Rad	6.30	17:20	2:45	5	5:13	19	16:52	23.60	1:08:31	2:54	5	14:34	5	5:19	
□□ 1	0.20	0:25	2:05	2	0:03	6	0:05	23.80	1:08:56	2:53	5	14:37	5	5:18	
□□ 2	1.50	7:10	4:46	4	1:13	14	6:42	25.30	1:16:06	3:00	5	15:50	5	6:20	
□□□ Penalty	-	fehlt!	-	-	-	-	-	25.30	-	-	-	-	-	-	
Lauf	1.10	6:52	6:14	4	0:54	12	1:46	26.40	1:22:58	3:08	5	16:44	15	1:04:50	