



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft
Hohegeiß / 06.05.2012

□□□□

Lindert, Kathrin

□□: MTV Förste e.V.

□□: 285

□□: 26.40 km

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

□□□□:

AK 3 weiblich (40-49 Jahre)

□□□: 1:23:33

□□: 18.67 km/h

□□□□: 3:10 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 29)

□□□□□/□: 3 (of 10)

□□□□□□: 1:17:18

□□□□□: 1(of 7)

□□□□□□□: 1:23:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.50	6:30	4:19	1	-	2	0:44	1.50	6:30	4:19	1	-	3	0:44	
□□ 2	1.50	7:05	4:43	2	0:03	3	0:49	3.00	13:35	4:31	1	-	3	1:33	
□□□ Rad	1.50	8:04	5:22	1	-	2	0:40	4.50	21:39	4:48	1	-	3	2:13	
□□ 1	0.20	0:23	1:55	1	-	1	-	4.70	22:02	4:41	1	-	3	2:11	
□□ 2	6.30	14:55	2:22	1	-	3	0:31	11.00	36:57	3:21	1	-	3	2:42	
□□ 3	6.30	15:03	2:23	1	-	3	0:52	17.30	52:00	3:00	1	-	3	3:34	
□□□ Rad	6.30	16:19	2:35	1	-	3	1:42	23.60	1:08:19	2:53	1	-	3	5:16	
□□ 1	0.20	0:29	2:24	1	-	2	0:01	23.80	1:08:48	2:53	1	-	3	5:17	
□□ 2	1.50	7:30	5:00	2	0:15	3	1:03	25.30	1:16:18	3:00	1	-	3	6:20	
□□□ Penalty	-	fehlt!	-	-	-	-	-	25.30	-	-	-	-	-	-	
Lauf	1.10	7:15	6:35	2	0:06	3	0:55	26.40	1:23:33	3:09	2	1:23:33	4	1:23:33	