



5. Hohegeißer Bergduathlon/ Niedersächsische Landesmeisterschaft

Hohegeiß / 06.05.2012

□□□□

Schmitz, Claudia

□□: Braunschweig

□□: 273

□□: 26.40 km

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

□□□□:

AK 3 weiblich (40-49 Jahre)

□□□: 1:42:06

□□: 15.28 km/h

□□□□: 3:52 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 29)

□□□□□/□: 8 (of 10)

□□□□□□: 1:17:18

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 1:23:33

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.50	7:48	5:12	5	1:18	7	2:02	1.50	7:48	5:12	5	1:18	7	2:02	
□□ 2	1.50	8:04	5:22	5	1:02	7	1:48	3.00	15:52	5:17	5	2:17	7	3:50	
□□□ Rad	1.50	11:44	7:49	6	3:40	9	4:20	4.50	27:36	6:08	5	5:57	7	8:10	
□□ 1	0.20	0:33	2:45	5	0:10	8	0:10	4.70	28:09	5:59	5	6:07	7	8:18	
□□ 2	6.30	18:00	2:51	5	3:05	7	3:36	11.00	46:09	4:11	5	9:12	7	11:54	
□□ 3	6.30	18:00	2:51	5	2:57	7	3:49	17.30	1:04:09	3:42	5	12:09	7	15:43	
□□□ Rad	6.30	20:42	3:17	5	4:23	8	6:05	23.60	1:24:51	3:35	5	16:32	7	21:48	
□□ 1	0.20	0:35	2:54	5	0:06	8	0:07	23.80	1:25:26	3:35	5	16:38	7	21:55	
□□ 2	1.50	8:27	5:37	4	1:12	6	2:00	25.30	1:33:53	3:42	5	17:35	7	23:55	
□□□ Penalty	-	fehlt!	-	-	-	-	-	25.30	-	-	-	-	-	-	
Lauf	1.10	8:13	7:28	5	1:04	7	1:53	26.40	1:42:06	3:52	7	1:42:06	9	1:42:06	