



## Detailauswertung

**ELSTERMANN, FRank**

**Gesamt-Zeit: 2:45:18**

Verein: FH Runners  
Startnummer: 554

Strecke: 51,89 km  
Olympisch (1,5/40/10 km)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 109 (von 233)  
Strecken-Platzierung/Männer: 101 (von 179)  
Bestzeit der Strecke: 2:04:10

Kategorie:  
SEN2 / TM 45

Kategorie-Platzierung: 24(von 39)  
Bestzeit in der Kategorie: 2:19:54

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	
Schwimmen nett	1,50	32:32	21:41	18	9:57	96	11:56	1,50	32:32	21:41	18	9:57	96	11:56	
Wechsel S -> R	0,26	3:27	13:16	23	1:32	104	2:02	1,76	35:59	20:26	21	10:31	96	13:10	
Schwimmen Ges	1,76	35:59	20:26	21	10:31	96	13:10	1,76	35:59	20:26	21	10:31	96	13:10	
Rad netto	40,00	1:13:37	1:50	21	10:16	83	12:24	41,76	1:49:36	2:37	22	18:37	87	22:59	
Wechsel R -> L	0,13	1:10	8:58	5	0:16	31	0:27	41,89	1:50:46	2:38	21	18:38	86	23:26	
Radfahren Gesar	40,13	1:14:47	1:51	19	10:17	77	12:51	41,89	1:50:46	2:38	21	18:38	86	23:26	
Lauf	10,00	54:32	5:27	30	13:00	129	18:00	51,89	2:45:18	3:11	24	25:24	101	41:08	