



## Detailauswertung

**SEIDENSTÜCKER, Ronald**

**Gesamt-Zeit: 4:44:39**

Verein: A3K Berlin

Startnummer: 74

Strecke: 116,79 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 154)

Mittel Distanz (1,9/93/21 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 19 (von 137)

Bestzeit der Strecke: 4:12:50

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 4(von 25)

SEN2 / TM 45

Bestzeit in der Kategorie: 4:28:31

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	
Schwimmen nett	1,90	30:08	15:51	4	2:39	28	7:29	1,90	30:08	15:51	4	2:39	28	7:29	
Wechsel S -> R	0,26	2:19	8:54	7	0:24	30	0:59	2,16	32:27	15:01	3	3:02	26	8:28	
Schwimmen Ges	2,16	32:27	15:01	3	3:02	26	8:28	2,16	32:27	15:01	3	3:02	26	8:28	
Rad netto	93,00	2:42:44	1:44	7	11:14	38	48:09	95,16	3:15:11	2:03	6	13:15	34	47:55	
Wechsel R -> L	0,13	2:08	16:24	17	1:05	81	1:27	95,29	3:17:19	2:04	6	13:54	34	25:04	
Radfahren Gesar	93,13	2:44:52	1:46	7	12:09	39	23:52	95,29	3:17:19	2:04	6	13:54	34	25:04	
Lauf	21,50	1:27:20	4:03	2	3:24	9	9:10	116,79	4:44:39	2:26	4	16:08	19	31:49	