



Detailauswertung

JONELAT, Dirk

Gesamt-Zeit: 1:19:19

Verein: AOK Nordost
Startnummer: 748

Strecke: 32,69 km
Jedermann/Sprint (0,7/28/3,6 km)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 38 (von 238)
Strecken-Platzierung/Männer: 38 (von 171)
Bestzeit der Strecke: 1:08:20

Kategorie:
AK4 / TM 35

Kategorie-Platzierung: 8(von 32)
Bestzeit in der Kategorie: 1:12:09

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	0,70	12:29	17:49	13	2:48	54	5:22	0,70	12:29	17:49	13	2:48	54	5:22	
Wechsel S -> R	0,26	2:00	7:41	5	0:20	16	0:46	0,96	14:29	15:05	11	2:09	38	6:06	
Schwimmen Ges	0,96	14:29	15:05	11	2:09	38	6:06	0,96	14:29	15:05	11	2:09	38	6:06	
Rad netto	28,00	50:49	1:48	10	6:13	56	49:58	28,96	1:05:18	2:15	10	6:21	49	48:52	
Wechsel R -> L	0,13	0:47	6:01	1	-	12	0:11	29,09	1:06:05	2:16	9	6:09	46	8:59	
Radfahren Gesar	28,13	51:36	1:50	10	6:00	53	6:06	29,09	1:06:05	2:16	9	6:09	46	8:59	
Lauf	3,60	13:14	3:40	6	1:02	21	2:00	32,69	1:19:19	2:25	8	7:10	38	10:59	