



Detailauswertung

GONGOLL, Manuela

Gesamt-Zeit: 1:38:58

Verein: Athletic Park
Startnummer: 840

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 174 (von 238)

Strecken-Platzierung/Frauen: 35 (von 67)

Bestzeit der Strecke: 1:21:00

Kategorie:
SEN1 / TW 40

Kategorie-Platzierung: 5(von 10)

Bestzeit in der Kategorie: 1:26:30

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung							Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen				
Schwimmen nett	0,70	14:36	20:51	5	1:49	21	4:48	0,70	14:36	20:51	5	1:49	21	4:48				
Wechsel S -> R	0,26	4:42	18:04	6	2:21	54	2:43	0,96	19:18	20:06	4	3:06	32	7:27				
Schwimmen Ges	0,96	19:18	20:06	4	3:06	32	7:27	0,96	19:18	20:06	4	3:06	32	7:27				
Rad netto	28,00	58:43	2:05	4	6:06	25	6:53	28,96	1:18:01	2:41	5	9:12	27	12:58				
Wechsel R -> L	0,13	1:17	9:52	4	0:29	31	0:36	29,09	1:19:18	2:43	4	8:23	25	13:23				
Radfahren Gesar	28,13	1:00:00	2:07	4	5:17	26	6:41	29,09	1:19:18	2:43	4	8:23	25	13:23				
Lauf	3,60	19:40	5:27	9	5:36	50	5:59	32,69	1:38:58	3:01	5	12:28	35	17:58				