



## Detailauswertung

### Lantow, Sören

Verein: Berlin

Startnummer: 249

Strecke: 51,89 km

Olympisch

Kategorie:

AK3 / TM 30

Gesamt-Zeit: 3:12:30

Strecken-Platzierung/Gesamt: 186 (von 236)

Strecken-Platzierung/Männer: 162 (von 198)

Bestzeit der Strecke: 2:14:41

Kategorie-Platzierung: 36(von 45)

Bestzeit in der Kategorie: 2:14:41

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	1,50	39:57	26:38	26	15:15	131	15:15	1,50	39:57	26:38	26	15:15	131	15:15	
Wechsel S -> R	0,26	3:01	11:36	23	1:41	86	1:41	1,76	42:58	24:24	24	16:03	120	16:03	
Schwimmen Ges	1,76	42:58	24:24	24	16:03	120	16:03	1,76	42:58	24:24	24	16:03	120	16:03	
Rad netto	40,00	1:18:58	1:58	29	16:34	126	16:34	41,76	2:01:56	2:55	27	31:33	124	31:33	
Wechsel R -> L	0,13	1:51	14:13	23	1:00	107	1:05	41,89	2:03:47	2:57	26	32:05	120	32:05	
Rad Gesamt	40,13	1:20:49	2:00	29	17:34	125	17:34	41,89	2:03:47	2:57	26	32:05	120	32:05	
Lauf	10,00	1:08:43	6:52	41	27:12	189	30:32	51,89	3:12:30	3:42	36	57:49	163	57:49	