



Detailauswertung

Ben El Cadi, Ahmed

Gesamt-Zeit: 1:29:04

Verein: Berlin

Startnummer: 514

Strecke: 32,69 km

Jedermann/Sprint

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 318)

Strecken-Platzierung/Männer: 53 (von 226)

Bestzeit der Strecke: 1:14:36

Kategorie:

AK3 / TM 30

Kategorie-Platzierung: 12(von 35)

Bestzeit in der Kategorie: 1:17:33

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	15:52	22:40	5	2:58	33	4:20	0,70	15:52	22:40	5	2:58	33	4:20	
Wechsel S -> R	0,26	1:55	7:22	5	0:27	21	0:35	0,96	17:47	18:31	7	2:25	26	4:49	
Schwimmen Ges	0,96	17:47	18:31	7	2:25	26	4:49	0,96	17:47	18:31	7	2:25	26	4:49	
Rad netto	28,00	54:10	1:56	21	8:15	128	8:51	28,96	1:11:57	2:29	12	8:17	71	11:54	
Wechsel R -> L	0,13	0:59	7:33	12	0:21	31	0:21	29,09	1:12:56	2:30	10	8:38	64	12:14	
Rad Gesamt	28,13	55:09	1:57	20	8:36	116	9:07	29,09	1:12:56	2:30	10	8:38	64	12:14	
Lauf	3,60	16:08	4:28	14	2:53	58	2:53	32,69	1:29:04	2:43	12	11:31	53	14:28	