



Detailauswertung

Menden, Rainer

Gesamt-Zeit: 1:39:44

Verein: Unkel

Startnummer: 689

Strecke: 32,69 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 187 (von 318)

Jedermann/Sprint

Strecken-Platzierung/Männer: 158 (von 226)

Bestzeit der Strecke: 1:14:36

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)

SEN5 / TM 60

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:15

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen nett	0,70	20:08	28:45	2	2:13	153	8:36	0,70	20:08	28:45	2	2:13	153	8:36
Wechsel S -> R	0,26	3:55	15:03	4	1:51	178	2:35	0,96	24:03	25:03	3	4:04	173	11:05
Schwimmen Ges	0,96	24:03	25:03	3	4:04	173	11:05	0,96	24:03	25:03	3	4:04	173	11:05
Rad netto	28,00	54:53	1:57	3	3:21	148	9:34	28,96	1:18:56	2:43	3	7:25	159	18:53
Wechsel R -> L	0,13	2:15	17:18	4	1:18	197	1:37	29,09	1:21:11	2:47	3	8:43	161	20:29
Rad Gesamt	28,13	57:08	2:01	3	4:39	157	11:06	29,09	1:21:11	2:47	3	8:43	161	20:29
Lauf	3,60	18:33	5:09	3	2:39	145	5:18	32,69	1:39:44	3:03	3	10:29	159	25:08