



## Detailauswertung

Holste, Jan

Gesamt-Zeit: 2:17:57

Verein: Teltow

Startnummer: 624

Strecke: 32,69 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 310 (von 318)

Jedermann/Sprint

Strecken-Platzierung/Männer: 222 (von 226)

Bestzeit der Strecke: 1:14:36

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 39(von 39)

SEN1 / TM 40

Bestzeit in der Kategorie: 1:22:32

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen nett	0,70	29:30	42:08	38	16:37	224	17:58	0,70	29:30	42:08	38	16:37	224	17:58
Wechsel S -> R	0,26	4:22	16:47	35	2:36	198	3:02	0,96	33:52	35:16	39	18:47	226	20:54
Schwimmen Ges	0,96	33:52	35:16	39	18:47	226	20:54	0,96	33:52	35:16	39	18:47	226	20:54
Rad netto	28,00	1:05:08	2:19	38	17:15	215	19:49	28,96	1:39:00	3:25	39	32:44	222	38:57
Wechsel R -> L	0,13	6:07	47:03	39	5:16	224	5:29	29,09	1:45:07	3:36	39	37:19	223	44:25
Rad Gesamt	28,13	1:11:15	2:31	39	21:50	222	25:13	29,09	1:45:07	3:36	39	37:19	223	44:25
Lauf	3,60	32:50	9:07	39	18:06	223	19:35	32,69	2:17:57	4:13	39	55:25	223	1:03:21