



### Detailauswertung

moving forward

Startnummer: 104

Strecke: 116,50 km

Mittel Distanz Staffel

Kategorie:

Staffel

Gesamt-Zeit: 5:55:15

Geschwindigkeit: 19,68 km/h

Laufleistung: 3:03 min/km

Strecken-Platzierung: 10 (von 12)

Bestzeit der Strecke: 4:12:53

Kategorie-Platzierung: 10(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 4:12:53

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesamt	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Gesam	Gesamt
Schwimmen nett	1,90	35:26	18:38	5	4:46	5	4:46	1,90	35:26	18:38	5	4:46	5	4:46
Wechsel S -> R	0,30	1:26	4:46	8	0:30	8	0:30	2,20	36:52	16:45	5	5:16	5	5:16
Rad netto	93,00	3:07:13	2:00	7	49:57	7	49:57	95,20	3:44:05	2:21	7	55:13	7	55:13
Wechsel R -> L	0,30	5:30	18:20	12	4:45	12	4:45	95,50	3:49:35	2:24	8	59:58	8	59:58
Lauf	21,00	2:05:40	5:59	10	42:24	10	42:24	116,50	5:55:15	3:02	10	1:42:22	10	1:42:22