



Detailauswertung

Gierok, Sonja

Gesamt-Zeit: 1:22:24

Startnummer: 322

Strecke: 25,55 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 52 (von 84)

Chari Tria (0,55-20,0-5,0)

Strecken-Platzierung/Frauen: 10 (von 22)

Bestzeit der Strecke: 1:03:29

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Seniorinnen 3 WK50

Bestzeit in der Kategorie: 1:22:24

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	
Schwimmen nett	0,55	12:07	22:01	1	-	10	2:01	0,55	12:07	22:01	1	-	10	2:01	
Wechsel S -> R	-	3:30	-	2	0:05	15	2:04	0,55	15:37	28:23	1	-	10	4:05	
Schwimmen Ges	0,55	15:37	28:23	1	-	10	4:05	0,55	15:37	28:23	1	-	10	4:05	
Rad netto	20,00	38:11	1:54	1	-	8	9:06	20,55	53:48	2:37	1	-	9	9:49	
Wechsel R -> L	-	1:23	-	3	0:27	14	0:33	20,55	55:11	2:41	1	-	9	10:22	
Rad Gesamt	20,00	39:34	1:58	1	-	8	9:11	20,55	55:11	2:41	1	-	9	10:22	
Lauf	5,00	27:13	5:26	1	-	9	8:33	25,55	1:22:24	3:13	1	-	10	18:55	