



## Detailauswertung

Sonthoff-Grammann, Stefan

Gesamt-Zeit: 1:06:16

Startnummer: 258

Strecke: 25,55 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 84)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 6 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 58:18

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 3(von 10)

Senioren 2 MK45

Bestzeit in der Kategorie: 1:04:48

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	0,55	8:42	15:49	2	0:26	5	1:09	0,55	8:42	15:49	2	0:26	63	1:09	
Wechsel S -> R	-	1:34	-	4	0:26	12	0:26	0,55	10:16	18:40	3	0:27	62	1:23	
Schwimmen Ges	0,55	10:16	18:40	3	0:27	62	1:23	0,55	10:16	18:40	3	0:27	62	1:23	
Rad netto	20,00	32:33	1:37	3	2:12	9	11:13	20,55	42:49	2:05	2	0:52	5	3:44	
Wechsel R -> L	-	1:10	-	6	0:25	27	0:30	20,55	43:59	2:08	3	1:02	61	3:19	
Rad Gesamt	20,00	33:43	1:41	4	2:03	11	9:25	20,55	43:59	2:08	3	1:02	61	3:19	
Lauf	5,00	22:17	4:27	4	0:58	12	4:39	25,55	1:06:16	2:35	3	1:28	6	7:58	