



Detailauswertung

Thomas Rabe

Gesamt-Zeit: 1:57:30

Startnummer: 32

Strecke: 37,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 21 (von 74)

Hexengrund-Triathlon 37 km

Strecken-Platzierung/Männer: 21 (von 58)

Bestzeit der Strecke: 1:33:38

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 4(von 8)

AK 50, Senioren 3

Bestzeit in der Kategorie: 1:50:34

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	0,50	10:31	21:02	1	-	10	3:03	0,50	10:31	21:02	1	-	10	3:03				
Wechsel Schw.-R	-	1:28	-	2	0:01	10	0:35	0,50	11:59	23:57	1	-	8	3:28				
Schwimmen Ges	0,50	11:59	23:57	1	-	8	3:28	0,50	11:59	23:57	1	-	8	3:28				
Vorrunde Rad	2,00	5:13	2:36	4	0:51	28	1:13	2,50	17:12	6:52	1	-	11	4:09				
Runde Rad	9,00	21:21	2:22	4	3:14	27	4:31	11,50	38:33	3:21	2	1:37	14	8:29				
Runde Rad	9,00	21:18	2:22	4	2:26	26	4:18	20,50	59:51	2:55	3	4:03	18	12:30				
Runde Rad	9,00	21:47	2:25	4	2:33	25	4:08	29,50	1:21:38	2:46	4	6:22	22	16:33				
Wechsel Rad-Lau	-	0:54	-	5	0:48	40	0:48	29,50	1:22:32	2:47	4	6:10	23	17:04				
Rad Gesamt	29,00	1:10:33	2:25	5	1:10:33	34	1:10:33	29,50	1:22:32	2:47	4	6:10	23	17:04				
Runde Laufen	2,50	11:24	4:33	2	1:06	16	2:18	32,00	1:33:56	2:56	4	5:29	22	18:35				
Runde Laufen	2,50	11:56	4:46	3	1:24	19	2:52	34,50	1:45:52	3:04	4	5:40	22	21:13				
Lauf	2,50	11:38	4:39	3	1:16	20	2:39	37,00	1:57:30	3:10	4	6:56	21	23:52				
Lauf Gesamt	7,50	34:58	4:39	3	3:46	18	7:49	37,00	1:57:30	3:10	4	6:56	21	23:52				