



Helfert, Michael

Rono Racing Team

Altersklasse: männl. AK 4 (TM 35-39) (MK4A)

Platz in der Alterklasse: 46

Gesamtplatzierung: 228

Gesamtzeit: 01:24:28

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Zeit	km/h	km ges.	Zeit ges.
Schwimmen	0.50	00:12:27	0.00	0.50	00:12:27
Rad	20.00	00:42:51	28.00	20.50	00:55:18
Lauf	5.00	00:29:10	10.29	0.00	01:24:28