



Exploitation détaillée

ELSTERMANN, FRank

Temps total: 2:45:18

Association: FH Runners

Dossard: 554

Circuit: 51.89 km

Place par parcours/Total: 109 (de 233)

Olympisch (1,5/40/10 km)

Place par parcours/Hommes: 101 (de 179)

Meilleur temps dans le parcours: 2:04:10

Catégorie:

Place par catégorie: 24(de 39)

SEN2 / TM 45

Meilleur temps dans la catégorie: 2:19:54

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Schwimmen nett	1.50	32:32	21:41	18	9:57	96	11:56	1.50	32:32	21:41	18	9:57	96	11:56
Wechsel S -> R	0.26	3:27	13:16	23	1:32	104	2:02	1.76	35:59	20:26	21	10:31	96	13:10
Schwimmen Total	1.76	35:59	20:26	21	10:31	96	13:10	1.76	35:59	20:26	21	10:31	96	13:10
Rad netto	40.00	1:13:37	1:50	21	10:16	83	12:24	41.76	1:49:36	2:37	22	18:37	87	22:59
Wechsel R -> L	0.13	1:10	8:58	5	0:16	31	0:27	41.89	1:50:46	2:38	21	18:38	86	23:26
Radfahren Total	40.13	1:14:47	1:51	19	10:17	77	12:51	41.89	1:50:46	2:38	21	18:38	86	23:26
Lauf	10.00	54:32	5:27	30	13:00	129	18:00	51.89	2:45:18	3:11	24	25:24	101	41:08