



Exploitation détaillée

HEINOWSKY, Enrico

Temps total: 4:25:48

Association: MRC Berlin

Dossard: 190

Circuit: 116.79 km

Place par parcours/Total: 4 (de 154)

Mittel Distanz (1,9/93/21 km)

Place par parcours/Hommes: 4 (de 137)

Meilleur temps dans le parcours: 4:12:50

Catégorie:

Place par catégorie: 2(de 21)

AK4 / TM 35

Meilleur temps dans la catégorie: 4:14:22

Poste	Temps intermédiaires							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	1.90	29:06	15:18	6	2:54	22	6:27	1.90	29:06	15:18	6	2:54	22	6:27	
Wechsel S -> R	0.26	2:09	8:16	6	0:46	23	0:49	2.16	31:15	14:28	5	3:40	19	7:16	
Schwimmen Total	2.16	31:15	14:28	5	3:40	19	7:16	2.16	31:15	14:28	5	3:40	19	7:16	
Rad netto	93.00	2:19:33	1:30	1	-	2	24:58	95.16	2:50:48	1:47	1	-	2	23:32	
Wechsel R -> L	0.13	1:27	11:09	10	0:36	30	0:46	95.29	2:52:15	1:48	1	-	1	-	
Radfahren Total	93.13	2:21:00	1:30	1	-	1	-	95.29	2:52:15	1:48	1	-	1	-	
Lauf	21.50	1:33:33	4:21	6	14:05	25	15:23	116.79	4:25:48	2:16	2	11:26	4	12:58	