



Exploitation détaillée

HARTZ, Ronny

Temps total: 4:31:18

Association: Team Laktat³

Dossard: 125

Circuit: 116.79 km

Place par parcours/Total: 7 (de 154)

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

Place par parcours/Hommes: 7 (de 137)

Meilleur temps dans le parcours: 4:12:50

Catégorie:

Place par catégorie: 2(de 23)

AK3 / TM 30

Meilleur temps dans la catégorie: 4:26:26

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	26:47	14:05	4	2:11	10	4:08	1.90	26:47	14:05	4	2:11	10	4:08	
Wechsel S -> R	0.26	2:58	11:24	15	1:35	55	1:38	2.16	29:45	13:46	5	2:52	13	5:46	
Schwimmen Total	2.16	29:45	13:46	5	2:52	13	5:46	2.16	29:45	13:46	5	2:52	13	5:46	
Rad netto	93.00	2:31:17	1:37	2	0:33	8	36:42	95.16	3:01:02	1:54	2	0:19	8	33:46	
Wechsel R -> L	0.13	2:21	18:04	20	1:40	97	1:40	95.29	3:03:23	1:55	4	1:35	9	11:08	
Radfahren Total	93.13	2:33:38	1:38	3	1:50	9	12:38	95.29	3:03:23	1:55	4	1:35	9	11:08	
Lauf	21.50	1:27:55	4:05	3	4:23	11	9:45	116.79	4:31:18	2:19	2	4:52	7	18:28	