



## Exploitation détaillée

**MARTENS, Henning**

Temps total: 5:09:37

Association: Tri-Sport Lübeck  
Dossard: 148

Circuit: 116.79 km  
Mittel Distanz (1,9/93/21 km)

Place par parcours/Total: 53 (de 154)  
Place par parcours/Hommes: 51 (de 137)  
Meilleur temps dans le parcours: 4:12:50

Catégorie:  
SEN2 / TM 45

Place par catégorie: 10(de 25)  
Meilleur temps dans la catégorie: 4:28:31

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	33:31	17:38	12	6:02	67	10:52	1.90	33:31	17:38	12	6:02	67	10:52	
Wechsel S -> R	0.26	2:05	8:00	3	0:10	20	0:45	2.16	35:36	16:28	10	6:11	54	11:37	
Schwimmen Total	2.16	35:36	16:28	10	6:11	54	11:37	2.16	35:36	16:28	10	6:11	54	11:37	
Rad netto	93.00	2:44:23	1:46	8	12:53	41	49:48	95.16	3:19:59	2:06	8	18:03	42	52:43	
Wechsel R -> L	0.13	2:03	15:46	16	1:00	79	1:22	95.29	3:22:02	2:07	8	18:37	42	29:47	
Radfahren Total	93.13	2:46:26	1:47	8	13:43	41	25:26	95.29	3:22:02	2:07	8	18:37	42	29:47	
Lauf	21.50	1:47:35	5:00	15	23:39	77	29:25	116.79	5:09:37	2:39	10	41:06	51	56:47	