



Exploitation détaillée

THOLEN, Heiko

Temps total: 1:26:11

Association: Hessenwinkler Old Boys
Dossard: 775

Circuit: 32.69 km
Jedermann/Sprint (0,7/28/3,6 km)

Place par parcours/Total: 83 (de 238)
Place par parcours/Hommes: 76 (de 171)
Meilleur temps dans le parcours: 1:08:20

Catégorie:
AK4 / TM 35

Place par catégorie: 14(de 32)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:12:09

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	0.70	11:06	15:51	5	1:25	18	3:59	0.70	11:06	15:51	5	1:25	18	3:59	
Wechsel S -> R	0.26	2:04	7:56	6	0:24	21	0:50	0.96	13:10	13:42	3	0:50	16	4:47	
Schwimmen Total	0.96	13:10	13:42	3	0:50	16	4:47	0.96	13:10	13:42	3	0:50	16	4:47	
Rad netto	28.00	53:23	1:54	16	8:47	83	52:32	28.96	1:06:33	2:17	11	7:36	54	50:07	
Wechsel R -> L	0.13	1:11	9:06	12	0:24	77	0:35	29.09	1:07:44	2:19	11	7:48	53	10:38	
Radfahren Total	28.13	54:34	1:56	16	8:58	82	9:04	29.09	1:07:44	2:19	11	7:48	53	10:38	
Lauf	3.60	18:27	5:07	27	6:15	145	7:13	32.69	1:26:11	2:38	14	14:02	76	17:51	