



Exploitation détaillée

STRELOW-JACOB, Grit

Association: Bernauer Lauffreunde
Dossard: 890

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

Catégorie:
SEN3 / TW 50

Temps total: 1:24:11

Place par parcours/Total: 69 (de 238)
Place par parcours/Femmes: 4 (de 67)
Meilleur temps dans le parcours: 1:21:00
Place par catégorie: 2(de 7)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:22:22

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	
Schwimmen nett	0.70	11:47	16:50	2	1:06	4	1:59	0.70	11:47	16:50	2	1:06	4	1:59	
Wechsel S -> R	0.26	2:54	11:09	2	0:21	18	0:55	0.96	14:41	15:17	2	1:06	6	2:50	
Schwimmen Total	0.96	14:41	15:17	2	1:06	6	2:50	0.96	14:41	15:17	2	1:06	6	2:50	
Rad netto	28.00	53:23	1:54	3	1:33	6	1:33	28.96	1:08:04	2:21	2	2:39	4	3:01	
Wechsel R -> L	0.13	1:13	9:21	3	0:13	23	0:32	29.09	1:09:17	2:22	2	2:23	4	3:22	
Radfahren Total	28.13	54:36	1:56	3	1:17	5	1:17	29.09	1:09:17	2:22	2	2:23	4	3:22	
Lauf	3.60	14:54	4:08	1	-	8	1:13	32.69	1:24:11	2:34	2	1:49	4	3:11	