



Exploitation détaillée

RUF, Dennis

Temps total: 1:36:30

Association: Berlin
Dossard: 756

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

Place par parcours/Total: 154 (de 238)
Place par parcours/Hommes: 129 (de 171)
Meilleur temps dans le parcours: 1:08:20

Catégorie:
SEN1 / TM 40

Place par catégorie: 19(de 25)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:13:30

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	15:29	22:07	20	5:16	119	8:22	0.70	15:29	22:07	20	5:16	119	8:22	
Wechsel S -> R	0.26	2:42	10:23	11	0:48	69	1:28	0.96	18:11	18:56	15	5:46	101	9:48	
Schwimmen Total	0.96	18:11	18:56	15	5:46	101	9:48	0.96	18:11	18:56	15	5:46	101	9:48	
Rad netto	28.00	59:01	2:06	21	58:10	133	58:10	28.96	1:17:12	2:39	20	1:00:46	127	1:00:46	
Wechsel R -> L	0.13	2:14	17:10	23	1:22	154	1:38	29.09	1:19:26	2:43	19	19:24	129	22:20	
Radfahren Total	28.13	1:01:15	2:10	21	13:38	141	15:45	29.09	1:19:26	2:43	19	19:24	129	22:20	
Lauf	3.60	17:04	4:44	20	3:42	123	5:50	32.69	1:36:30	2:57	19	23:00	130	28:10	