



Erkner Triathlon 2.0

Erkner / 09.09.2018

## Exploitation détaillée

Sachse, Steffen

Temps total: 5:23:42

Association: Strausberg

Dossard: 61

Circuit: 116.79 km

Place par parcours/Total: 19 (de 87)

Mittel Distanz

Place par parcours/Hommes: 19 (de 76)

Meilleur temps dans le parcours: 4:35:09

Catégorie:

Place par catégorie: 3(de 9)

SEN3 / TM 50

Meilleur temps dans la catégorie: 4:55:31

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste           | Etape<br>km | Etape<br>Temps | Etape<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg.Homme | Place<br>catg.Homme | Retard<br>Hommes | Total<br>km | Total<br>Temps | Total<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg.Homme | Place<br>catg.Homme | Retard<br>Hommes |
|-----------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|------------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|------------------|
| Schwimmen nett  | 1.90        | 35:34          | 18:43           | 3              | 7:11                 | 17                  | 34:01            | 1.90        | 35:34          | 18:43           | 3              | 7:11                 | 17                  | 34:01            |
| Wechsel S -> R  | 0.26        | 2:35           | 9:56            | 3              | 0:42                 | 18                  | 0:58             | 2.16        | 38:09          | 17:39           | 3              | 7:39                 | 16                  | 7:39             |
| Schwimmen Total | 2.16        | 38:09          | 17:39           | 3              | 7:39                 | 16                  | 7:39             | 2.16        | 38:09          | 17:39           | 3              | 7:39                 | 16                  | 7:39             |
| Rad netto       | 93.00       | 2:59:47        | 1:55            | 4              | 18:14                | 43                  | 48:13            | 95.16       | 3:37:56        | 2:17            | 4              | 25:53                | 35                  | 44:33            |
| Wechsel R -> L  | 0.13        | 2:02           | 15:38           | 4              | 0:52                 | 34                  | 1:01             | 95.29       | 3:39:58        | 2:18            | 4              | 26:45                | 33                  | 31:34            |
| Rad Total       | 93.13       | 3:01:49        | 1:57            | 4              | 19:06                | 41                  | 34:27            | 95.29       | 3:39:58        | 2:18            | 4              | 26:45                | 33                  | 31:34            |
| Lauf            | 21.50       | 1:43:44        | 4:49            | 3              | 1:26                 | 15                  | 16:59            | 116.79      | 5:23:42        | 2:46            | 3              | 28:11                | 19                  | 48:33            |