

# Sprint-/Volksdistanz (JEDERMANN)

Mettmann, 21. April 2024

(Männer / Frauen Wertung)

## Männer

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	51	Chris Zimmermann	TriClubWuppertal	TM35	1	0:16:51 (3)	0:57	0:36:39 (1)	0:37	0:09:09 (2)	1:04:14
2	46	Dominik Weise	TV Einigkeit 1900 Netphen	MHK	1	0:16:32 (2)	1:01	0:37:46 (2)	0:42	0:09:11 (3)	1:05:13
3	40	Bastian Siemes	SC Rot-Weiß-Oberhausen	TM35	2	0:17:10 (4)	0:48	( )		0:09:32 (4)	1:06:12
4	2	Timo Böhl	TV Einigkeit 1900 Netphen	TM35	3	0:16:32 (1)	0:50	( )		0:08:57 (1)	1:06:29
5	21	Ingo Klünner	TSV Solingen/ Sauerland Team	TM50	1	0:17:26 (6)	1:01	0:39:11 (4)	0:34	0:09:50 (5)	1:08:02
6	131	Jesse Van Nieuwenhuyse	/	TM40	1	0:17:43 (9)	0:44	0:38:51 (3)	0:31	0:10:25 (10)	1:08:14
7	27	Sebastian Kusch	Tri Club Wuppertal	TM35	4	0:17:43 (8)	0:48	0:40:16 (6)	0:36	0:10:03 (7)	1:09:26
8	30	Felix Meurer	TRC Essen 84	TM30	1	0:17:39 (7)	0:47	0:40:51 (9)	0:36	0:09:55 (6)	1:09:49
9	11	Dennis Glasenapp	1. TriTeam Gütersloh GTV	TM30	2	0:17:56 (10)	1:27	0:40:21 (7)	1:03	0:10:41 (12)	1:11:28
10	29	Marvin Luhmann	1. TriTeam Gütersloh GTV	TM30	3	0:18:28 (11)	1:18	0:39:15 (5)	0:51	0:11:37 (23)	1:11:29
11	47	Fabian Weißler	Tri Club Wuppertal	TM30	4	0:18:44 (13)	0:51	0:40:38 (8)	0:40	0:10:49 (14)	1:11:42
12	41	Hendrik Simm	Tristar Oelde	TM35	5	0:18:50 (14)	0:47	0:42:37 (14)	0:38	0:10:37 (11)	1:13:28
13	431	Selim Erünkut		TM40	2	0:23:27 (52)	1:30	0:48:29 (45)	2:31	3:59:17 (103)	1:15:14
14	109	Markus Gelbarth	LT Lukas	TM50	2	0:20:34 (31)	1:02	0:41:40 (10)	0:43	0:11:43 (29)	1:15:41
15	50	Patrick Zimmer	TRC Essen 84	TM35	6	0:19:22 (17)	0:49	0:44:36 (18)	0:37	0:10:24 (8)	1:15:48
16	31	Michael Nottebohm	Marathon-Club Menden	TM45	1	0:20:16 (25)	1:17	0:42:29 (13)	0:53	0:11:25 (19)	1:16:21
17	45	Henning von Poser	Triathlon Team Ratingen 08	TM55	1	0:20:30 (29)	1:44	( )		0:11:35 (22)	1:16:31
18	112	Marek Jaskolka	Mettmann Sport	TM45	2	0:19:13 (16)	0:40	0:45:00 (20)	0:21	0:11:34 (21)	1:16:47
19	126	Bastian Schlömer		MHK	2	0:20:24 (27)	1:46	0:42:16 (11)	1:03	0:11:39 (25)	1:17:07
20	104	Thorsten Blume	Tri Club Wuppertal	TM55	2	0:20:23 (26)	1:20	( )		0:11:44 (30)	1:17:39
21	134	Manuel Wirsching	Triathlon Team Düsseldorf	TM40	3	0:21:32 (41)	0:59	0:43:34 (15)	0:33	0:11:44 (31)	1:18:22
22	469	Felix Leonhardt	CCD Cycling Club Düsseldorf	TM30	5	0:20:05 (22)	1:07	0:43:51 (17)	1:48	0:11:54 (36)	1:18:44
23	122	Frank Röttgen	LG Wipperfürth	TM45	3	0:20:09 (23)	1:04	0:45:46 (25)	0:41	0:11:37 (23)	1:19:16
24	28	Maximilian Lein	Triathlon Team TSV Gruiten 1884 e.V.	TM35	7	0:20:14 (24)	0:54	0:46:09 (28)	1:15	0:11:40 (26)	1:20:11
25	120	Stephan Pütz	RRC Düren Merken	TM45	4	0:19:57 (21)	1:20	0:46:06 (26)	1:17	0:11:53 (35)	1:20:32
26	128	Vincenzo Scianna		MHK	3	0:19:12 (15)	1:26	( )		0:11:42 (28)	1:20:51
27	443	Lutz Glahn	Mach3 Köln	TM55	3	0:21:09 (38)	1:33	0:45:27 (22)	1:35	0:11:09 (15)	1:20:52

# Sprint-/Volksdistanz (JEDERMANN)

Mettmann, 21. April 2024

(Männer / Frauen Wertung)

## Männer

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
28	506	Jochen Unger		TM55	4	0:22:45 (48)	1:01	0:42:28 (12)	1:42	0:12:58 (46)	1:20:54
29	136	Riedl Jonathan		TM40	4	0:20:35 (32)	0:59	0:47:03 (33)	1:00	0:11:48 (34)	1:21:25
30	113	Pascal Keller		MHK	4	0:18:38 (12)	0:49	0:50:52 (58)	0:44	0:10:24 (9)	1:21:27
31	118	Nicolas Momburg	Schnell & Fröhlich	TM30	6	0:20:30 (30)	1:15	0:46:12 (29)	1:38	0:12:07 (37)	1:21:42
32	450	Johann Heidelbach		MHK	5	0:20:52 (34)	1:41	0:45:18 (21)	1:32	0:12:37 (41)	1:22:01
33	423	Dirk Cürten	Union Biesfeld Triathlon	TM50	3	0:22:53 (49)	1:36	0:43:39 (16)	1:42	0:12:20 (38)	1:22:11
34	416	Peter Brüggemann	Triathlon Team Düsseldorf	TM35	8	0:21:20 (39)	1:30	0:45:29 (23)	1:33	0:12:32 (40)	1:22:23
35	480	Manuel Münch	PV Triathlon TG Witten	TM35	9	0:20:52 (35)	1:10	0:47:17 (38)	1:26	0:11:47 (33)	1:22:33
36	114	Rainer Köhnen	LT Starlight Team Essen	TM55	5	0:20:24 (27)	1:19	0:48:32 (46)	1:22	0:11:12 (16)	1:22:49
37	489	Florian Ridder	clubsport	MHK	6	0:20:53 (36)	1:41	0:47:05 (34)	1:43	0:11:29 (20)	1:22:50
38	434	Eric Feltgen		MHK	7	0:21:47 (43)	1:45	0:46:49 (30)	1:34	0:11:17 (18)	1:23:12
39	138	Dr. Christian Dan Pascu	Triathlon Team Düsseldorf	TM40	5	0:20:45 (33)	1:22	0:49:16 (49)	0:56	0:11:41 (27)	1:23:59
40	470	Christian Linnenbaum		TM35	10	0:20:53 (37)	1:30	0:47:25 (39)	1:50	0:12:37 (42)	1:24:16
41	505	Marc Troiber		TM40	6	0:21:30 (40)	2:11	0:46:07 (27)	2:23	0:12:55 (45)	1:25:05
42	408	Lars Bleibtreu		TM40	7	0:22:10 (45)	1:23	0:47:11 (37)	1:23	0:12:58 (47)	1:25:06
43	26	Marcus Krumbholz	TSV Hochdahl Triathlon	TM60	1	0:22:16 (46)	1:03	0:47:07 (35)	1:14	0:13:29 (51)	1:25:08
44	116	Massimo Mirabello		TM35	11	0:19:27 (19)	1:27	0:50:12 (54)	1:49	0:12:30 (39)	1:25:27
45	411	Stephan Borgolte	TRI Borgi	TM55	6	0:23:38 (56)	1:29	0:45:32 (24)	1:53	0:13:30 (52)	1:26:01
46	466	Herbert Küppers	Triathlon Waldfeucht e.V.	TM55	7	0:25:27 (72)	1:32	0:44:57 (19)	1:30	0:14:16 (63)	1:27:41
47	502	Jan Thofondern		TM30	7	0:25:35 (73)	1:28	0:59:12 (87)	2:30	3:59:17 (102)	1:28:02
48	133	Christoph Wichelhaus	RV Endspurt 08 Wuppertal	MHK	8	0:23:09 (51)	2:13	0:46:59 (31)	1:13	0:14:32 (68)	1:28:06
49	106	Julian Dietze	Tri Club Wuppertal	TM30	8	0:19:40 (20)	1:48	0:54:34 (70)	1:34	0:10:48 (13)	1:28:24
50	409	David Bockholt		MHK	9	0:23:27 (53)	2:25	0:47:45 (42)	2:13	0:13:07 (49)	1:28:57
51	426	Michael Demand		TM45	5	0:23:43 (57)	1:54	0:47:30 (40)	2:19	0:13:43 (56)	1:29:09
52	23	Robert Kowalewski	Hildener AT Triathlon	TM55	8	0:23:37 (55)	1:29	0:49:22 (50)	1:18	0:13:45 (57)	1:29:32
53	56	Gero Birkenfeld	geobiz.de	TM50	4	0:25:25 (71)	1:10	0:47:48 (43)	1:11	0:14:01 (59)	1:29:35
54	452	Felix Hiege		MHK	10	0:19:26 (18)	2:21	0:55:27 (74)	1:23	0:11:15 (17)	1:29:52
55	14	Thomas Hill	TRC Essen 84	TM55	9	0:22:26 (47)	1:39	0:51:26 (61)	1:03	0:13:30 (53)	1:30:04
56	44	Norbert Tesch	SV Hellas Siegburg	TM65	1	0:23:00 (50)	2:44	0:50:06 (53)	1:40	0:12:49 (43)	1:30:20

# Sprint-/Volksdistanz (JEDERMANN)

Mettmann, 21. April 2024

(Männer / Frauen Wertung)

## Männer

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
57	435	Thorsten Flintrop	Weseler TV Triathlon	TM55	10	0:26:51 (86)	1:20	0:47:08 (36)	1:23	0:13:42 (55)	1:30:24
58	429	Christoph Eigen	LG Düsseler Tor	TM50	5	0:23:46 (58)	1:25	0:49:24 (51)	1:36	0:14:23 (65)	1:30:33
59	468	Lars Langenbruch	LG Düsseler Tor	TM50	6	0:23:35 (54)	1:57	0:50:46 (56)	1:35	0:13:19 (50)	1:31:12
60	477	Thomas Morcinek-Mehlau	TSV Solingen / Sauerland-Team	TM40	8	0:26:23 (84)	1:00	0:47:03 (32)	1:21	0:15:31 (79)	1:31:18
61	405	Andreas Beckmann	Triathlon Team Düsseldorf	TM35	12	0:23:56 (60)	1:28	0:49:15 (48)	2:16	0:14:31 (67)	1:31:26
62	499	Paul Schürdt		MHK	11	0:26:54 (87)	2:16	0:48:03 (44)	2:35	0:11:47 (32)	1:31:36
63	462	Simon Knittel		TM30	9	0:24:36 (62)	0:47	0:51:01 (59)	1:16	0:13:56 (58)	1:31:37
64	484	Stephan Otto	TSV Hochdahl	TM60	2	0:26:08 (80)	1:32	0:47:41 (41)	1:46	0:14:37 (69)	1:31:44
65	24	Dietmar Krüll	SV Neptun Krefeld	TM55	11	0:26:12 (82)	1:53	0:48:54 (47)	0:49	0:14:03 (60)	1:31:51
66	511	Marc Wiemann	Schnell & Fröhlich	TM30	10	0:21:38 (42)	1:05	0:55:42 (76)	1:36	0:12:52 (44)	1:32:53
67	137	Raphael Krauth	Freie Schwimmer Düsseldorf	TM40	9	0:24:37 (63)	2:46	0:49:40 (52)	1:24	0:14:25 (66)	1:32:53
68	425	Deniz Dalli		TM40	10	0:24:45 (64)	1:27	0:50:28 (55)	1:57	0:14:49 (70)	1:33:26
69	503	Marcus Toelstede	TV Oberbantenberg	TM55	12	0:24:47 (65)	1:56	0:51:49 (63)	1:57	0:13:38 (54)	1:34:06
70	111	Hendrik Horn		TM35	13	0:21:49 (44)	1:59	0:56:49 (80)	1:32	0:12:58 (47)	1:35:07
71	414	Thorsten Bott	We Run Soest	TM55	13	0:23:49 (59)	2:42	0:51:07 (60)	3:19	0:14:16 (62)	1:35:12
72	449	Thiemo Heidelberg		TM45	6	0:25:04 (68)	1:20	0:51:53 (64)	1:55	0:15:04 (71)	1:35:16
73	488	Ireneus Raba	Nowy Styl	TM55	14	0:24:52 (67)	1:27	0:53:59 (69)	1:41	0:14:17 (64)	1:36:15
74	494	Philip Schäffler	clubsport	TM30	11	0:24:25 (61)	2:28	0:53:31 (68)	1:48	0:14:07 (61)	1:36:19
75	18	Andreas Kapka	PV Triathlon TG Witten	TM65	2	0:25:13 (69)	2:10	0:52:41 (66)	1:35	0:15:13 (75)	1:36:52
76	515	Steven Goodall		TM40	11	0:25:55 (77)	1:40	0:52:34 (65)	1:40	0:15:27 (77)	1:37:16
77	446	Jörg Grabowski	Grend-Runner	TM65	3	0:25:56 (78)	2:40	0:52:58 (67)	2:48	0:15:08 (72)	1:39:30
78	471	Marc Lohmann		TM55	15	0:26:09 (81)	1:55	0:54:34 (71)	1:45	0:15:32 (80)	1:39:55
79	483	Tobias Ost	Caros Knötchen Racing Team	TM30	12	0:27:24 (90)	2:34	0:51:37 (62)	2:13	0:16:10 (85)	1:39:58
80	105	Kevin Braune	Vitzfedern	TM30	13	0:25:45 (76)	1:02	0:56:49 (79)	2:18	0:15:32 (81)	1:41:27
81	486	Rüdiger Patz	Spendenlauf für NCL-Stiftung	TM50	7	0:24:49 (66)	2:45	0:55:39 (75)	3:29	0:15:29 (78)	1:42:10
82	439	Marc-André Gaertner		TM40	12	0:28:09 (92)	1:51	0:54:56 (72)	2:12	0:15:11 (73)	1:42:20
83	493	Kai Schäfer		MHK	12	0:31:48 (103)	2:11	0:50:48 (57)	2:07	0:16:45 (91)	1:43:39
84	490	Wolfgang Rose	Lauftreff Alt-Erkrath e.V.	TM65	4	0:25:24 (70)	1:37	0:57:51 (82)	2:24	0:16:25 (89)	1:43:41
85	442	Stefan Gesing		TM45	7	0:25:37 (74)	2:16	0:58:25 (85)	2:23	0:15:16 (76)	1:43:57

# Sprint-/Volksdistanz (JEDERMANN)

Mettmann, 21. April 2024

(Männer / Frauen Wertung)

## Männer

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
86	473	Adam Malek		TM45	8	0:28:28 (94)	1:11	0:56:15 (78)	1:30	0:17:15 (93)	1:44:40
87	487	Ralf Polte		TM65	5	0:27:32 (91)	2:08	0:56:13 (77)	2:12	0:17:27 (95)	1:45:31
88	424	Alexander d'Avoine		TM30	14	0:25:44 (75)	1:26	1:01:47 (93)	1:36	0:15:33 (82)	1:46:05
89	34	Ulrich Pfalz	PV Triathlon TG Witten	TM65	6	0:28:15 (93)	2:51	0:58:03 (83)	1:48	0:15:44 (83)	1:46:41
90	520	Thomas Boelter	LLG 80 Nordpark Köln	TM60	3	0:26:00 (79)	1:34	1:02:25 (94)	1:31	0:15:13 (74)	1:46:42
91	20	Klaus Klein	M.Gladbacher TV 1848 e.V.	TM50	8	0:27:24 (89)	3:34	0:58:13 (84)	2:36	0:16:13 (87)	1:48:00
92	437	Stephan Fröhlich	Schnell & Fröhlich	TM35	14	0:26:21 (83)	2:29	1:00:44 (89)	2:06	0:16:20 (88)	1:48:00
93	509	Sebastian Wieczorek	Laifgruppe Herne Süd	TM40	13	0:28:40 (97)	1:43	0:59:04 (86)	2:16	0:17:18 (94)	1:49:01
94	445	Bernd Gottschalk	TVK1877 Essen	TM55	16	0:31:36 (102)	2:16	0:57:05 (81)	2:23	0:16:11 (86)	1:49:30
95	440	Oliver Garthaus		TM45	9	0:28:40 (98)	1:44	1:01:09 (90)	1:28	0:17:02 (92)	1:50:04
96	508	Martin Welling		TM35	15	0:31:27 (101)	2:24	0:55:21 (73)	2:09	0:19:21 (100)	1:50:41
97	472	Andreas Löhr	Tri Club Wuppertal	TM60	4	0:28:35 (96)	1:58	0:59:53 (88)	2:09	0:18:13 (99)	1:50:49
98	482	Erich Oberem		TM60	5	0:28:34 (95)	1:20	1:01:26 (91)	1:52	0:18:01 (98)	1:51:13
99	433	Christian Feltgen		TM55	17	0:26:34 (85)	2:14	1:03:51 (95)	2:53	0:15:52 (84)	1:51:25
100	507	Andreas Wanders	Triathlon Team Düsseldorf	TM65	7	0:32:10 (104)	2:10	1:01:38 (92)	1:58	0:17:58 (97)	1:55:53
101	519	Michael Klapp		TM50	9	0:31:22 (100)	1:23	1:03:59 (96)	1:29	0:19:39 (101)	1:57:52
102	436	Martin Friedrichs		MHK	13	0:26:55 (88)	2:16	1:20:37 (98)	1:26	0:16:38 (90)	2:07:52
103	478	Klaus Mordt	Bunert Laufftreff	TM70	1	0:30:56 (99)	2:13	1:16:19 (97)	2:37	0:17:50 (96)	2:09:55

## Frauen

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
1	110	Lea Grönniger	RZ Performance Coaching	WHK	1	0:18:57 (1)	1:05	0:43:52 (1)	0:51	0:10:34 (1)	1:15:19
2	16	Franziska Holl	Triathlon Team Ratingen 08	WHK	2	0:19:28 (2)	0:54	0:43:56 (2)	0:34	0:11:06 (2)	1:15:58
3	518	Jana Reiter	mettmann-sport	WJUN	1	0:19:57 (3)	1:06	0:46:33 (4)	1:33	0:11:35 (3)	1:20:44
4	53	Kirsten Brandenburger	Team Sauerland	TW50	1	0:21:27 (5)	1:48	0:45:02 (3)	1:11	0:12:01 (5)	1:21:28
5	127	Sabine Schön	SV Gladbeck 13	TW50	2	0:20:49 (4)	1:31	0:46:41 (6)	0:48	0:11:57 (4)	1:21:46
6	5	Christine Cordes	TC RW Kirchhundem	TW40	1	0:22:20 (7)	1:11	0:47:55 (10)	1:04	0:12:24 (6)	1:24:54

# Sprint-/Volksdistanz (JEDERMANN)

Mettmann, 21. April 2024

(Männer / Frauen Wertung)

## Frauen

Pl.	St Nr	Name	Verein	AK	Pl.	Laufen 1	W1	Radfahren	W2	Laufen 2	Gesamt
7	19	Ina Ketzer	ISSV	TW55	1	0:23:21 (14)	1:27	0:46:36 (5)	1:09	0:13:06 (10)	1:25:39
8	402	Mara Althoff	Tri Ducks Dorsten	WHK	3	0:23:15 (12)	1:38	0:47:02 (7)	2:00	0:12:48 (8)	1:26:43
9	420	Clara-Saeko Burkhardt		WHK	4	0:23:12 (11)	1:03	0:47:42 (8)	1:49	0:13:19 (12)	1:27:05
10	15	Yvonne Hinze	ASV Köln	TW40	2	0:22:43 (9)	1:26	0:48:23 (11)	1:15	0:13:20 (13)	1:27:07
11	410	Jana Bockholt		TW35	1	0:23:27 (15)	2:28	0:47:45 (9)	2:11	0:13:07 (11)	1:28:57
12	498	Annette Schulze	Triathlonteam TSV Gruiten 1884	TW40	3	0:23:56 (16)	1:31	0:48:44 (12)	1:24	0:13:43 (15)	1:29:18
13	418	Wiebke Buch	Marathon und Triathlon Mülheim	TW40	4	0:22:20 (7)	0:54	0:52:20 (19)	1:14	0:12:52 (9)	1:29:39
14	497	Silke Schreinemacher	DTV	TW35	2	0:22:18 (6)	1:13	0:52:05 (16)	1:29	0:12:39 (7)	1:29:44
15	103	Julia Bauer		WHK	5	0:22:51 (10)	1:31	0:52:58 (21)	1:02	0:13:38 (14)	1:32:00
16	403	Pia Althoff		WHK	6	0:23:17 (13)	1:39	0:52:13 (17)	1:54	0:13:47 (16)	1:32:49
17	132	Judith van Oepen	Münster Mohawks	TW30	1	0:27:23 (26)	1:49	0:49:13 (14)	1:41	0:13:59 (19)	1:34:05
18	412	Ronja-Asta Borgolte	FunVorRun Witten	TW35	3	0:24:47 (18)	2:34	0:51:05 (15)	1:58	0:13:49 (17)	1:34:13
19	441	Anja Gelbarth	LT Lukas / LT Starlight Team Essen	TW50	3	0:24:26 (17)	1:59	0:52:33 (20)	1:22	0:14:25 (21)	1:34:45
20	455	Sabine Hommen	Tria Team Bruchköbel	TW40	5	0:25:52 (20)	1:56	0:48:52 (13)	2:07	0:16:52 (28)	1:35:38
21	512	Liliya Zotova		TW40	6	0:26:56 (24)	1:33	0:52:13 (18)	2:23	0:15:26 (23)	1:38:31
22	4	Ursula Cordes	TC RW Kirchhundem	TW60	1	0:26:51 (23)	1:32	0:55:43 (23)	1:07	0:14:07 (20)	1:39:20
23	121	Katharina Quante		WHK	7	0:27:22 (25)	1:26	0:55:39 (22)	1:33	0:15:57 (27)	1:41:57
24	8	Bärbel Fink	Tus Breitscheid	TW55	2	0:27:26 (27)	1:30	0:56:12 (24)	1:23	0:15:37 (26)	1:42:07
25	476	Lara Mombauer		WHK	8	0:28:10 (29)	1:20	0:56:32 (25)	1:32	0:15:29 (25)	1:43:03
26	475	Ricarda Milobara		TW30	2	0:25:04 (19)	0:50	1:03:14 (28)	1:01	0:15:05 (22)	1:45:14
27	415	Gudrun Breuer-Federwisch	Tricamp	TW55	3	0:27:45 (28)	2:32	0:57:30 (26)	2:10	0:15:27 (24)	1:45:24
28	25	Johanna Krüll	SV Neptun Krefeld	TW50	4	0:26:42 (22)	1:36	1:04:01 (29)	0:55	0:13:55 (18)	1:47:09
29	432	Monika Faßbender	Gipfelkurs	TW60	2	0:32:34 (31)	1:24	1:05:20 (31)	1:58	0:19:35 (31)	2:00:52
30	454	Claudia Hobe	Grend-Runner	TW50	5	0:32:36 (32)	3:13	1:04:50 (30)	2:47	0:18:58 (30)	2:02:25
31	485	Manuela Palm		TW30	3	0:32:12 (30)	1:05	1:16:37 (32)	1:28	0:18:16 (29)	2:09:38
32	458	Jasmin Jabeur	Tri Club Wuppertal	TW45	1	0:44:43 (33)	3:59	1:39:22 (33)	4:18	0:29:29 (32)	3:01:51