



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

Detailauswertung

Bienstein, Heike

Gesamt-Zeit: 1:28:58

Verein: LC Rehlingen

Startnummer: 227

Strecke: 25,70 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 65 (von 116)

Volksdistanz (0,70-20,00-5,00)

Strecken-Platzierung/Frauen: 5 (von 24)

Bestzeit der Strecke: 1:15:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 3(von 8)

AK2 weiblich (25-29 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:15:12

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	
Schwimmen	0,70	16:35	23:41	3	2:31	10	2:46	0,70	16:35	23:41	3	2:31	21		
Schwimmen Nett	0,70	16:35	23:41	3	2:31	21		0,70	16:35	23:41	3	2:31	21		
Wechsel Schwim	0,05	2:31	50:19	3	0:32	10	0:50	0,75	19:06	25:28	3	3:03	21		
Schwimmen Ges	0,75	19:06	25:28	3	3:03	21		0,75	19:06	25:28	3	3:03	21		
ZZ Rad	10,00	24:25	2:26	3	4:51	6	4:51	10,75	43:31	4:02	2	7:54	3	7:54	
Rad Ende	10,00	21:48	2:10	2	3:43	4	3:43	20,75	1:05:19	3:08	3	11:37	21		
Wechsel Rad-Lau	0,05	1:40	33:20	3	0:29	10	0:41	20,80	1:06:59	3:13	3	12:05	21		
Rad Gesamt	20,05	47:53	2:23	6	9:02	10	9:02	20,80	1:06:59	3:13	3	12:05	21		
ZZ Lauf	2,50	10:37	4:14	2	0:48	3	0:48	23,30	1:17:36	3:19	3	12:53	21		
Lauf	2,50	11:22	4:32	2	0:53	3	0:53	25,70	1:28:58	3:27	3	13:46	5	13:46	