



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

Detailauswertung

Köhler, Holger

Gesamt-Zeit: 3:07:08

Verein: Tri-Cops Warstein

Startnummer: 338

Strecke: 55,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 53 (von 71)

Olympische Distanz (1,40-44,00-10,00)

Strecken-Platzierung/Männer: 49 (von 61)

Bestzeit der Strecke: 2:17:34

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 8(von 9)

Senioren 3 (50-54 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 2:37:16

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	
Schwimmen	1,40	28:02	20:01	3	5:00	25	7:13	1,40	28:02	20:01	8	2:23	22		
Schwimmen Nett	1,40	28:02	20:01	8	2:23	22		1,40	28:02	20:01	8	2:23	22		
Wechsel Schwim	0,05	3:39	73:00	8	1:34	55	2:14	1,45	31:41	21:51	8	3:57	22		
Schwimmen Ges	1,45	31:41	21:51	8	3:57	22		1,45	31:41	21:51	8	3:57	22		
ZZ Rad	11,00	23:26	2:07	8	3:47	44	5:42	12,45	55:07	4:25	8	7:44	20		
ZZ Rad	11,00	26:15	2:23	7	4:27	45	6:07	23,45	1:21:22	3:28	8	12:11	20	0:55	
ZZ Rad	11,00	26:51	2:26	7	4:53	38	6:41	34,45	1:48:13	3:08	7	17:04	16	1:59	
Rad Ende	11,00	22:03	2:00	8	3:39	45	5:38	45,45	2:10:16	2:51	8	20:43	22	2:30	
Wechsel Rad-Lau	0,05	2:01	40:19	7	0:44	43	1:02	45,50	2:12:17	2:54	8	21:05	22	2:50	
Rad Gesamt	44,05	1:40:36	2:17	8	17:08	52	25:44	45,50	2:12:17	2:54	8	21:05	22	2:50	
ZZ Lauf	3,33	13:29	4:02	7	2:26	46	4:40	48,83	2:25:46	2:59	8	23:17	21	4:19	
ZZ Lauf	3,33	27:46	8:20	8	4:45	40	8:26	52,16	2:53:32	3:19	8	28:02	17	3:55	
Lauf	3,33	13:36	4:05	7	1:59	37	4:25	55,40	3:07:08	3:22	8	29:52	49	49:34	