



# 6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

## Detailauswertung

**Bender, Jens**

**Gesamt-Zeit: 3:15:32**

Verein: FSG Oberes Siegtal

Startnummer: 361

Strecke: 55,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 59 (von 71)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 53 (von 61)

Bestzeit der Strecke: 2:17:34

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 9(von 9)

AK3 männlich (30-34 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 2:30:27

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	27:45	19:49	4	3:42	23	6:56	1,40	27:45	19:49	9		25		
Schwimmen Nett	1,40	27:45	19:49	9		25		1,40	27:45	19:49	9		25		
Wechsel Schwim	0,05	4:26	88:40	9	2:28	58	3:01	1,45	32:11	22:11	9	0:49	25		
Schwimmen Ges	1,45	32:11	22:11	9	0:49	25		1,45	32:11	22:11	9	0:49	25		
ZZ Rad	11,00	24:53	2:15	7	7:09	47	7:09	12,45	57:04	4:35	8	7:58	23		
ZZ Rad	11,00	27:12	2:28	7	5:05	52	7:04	23,45	1:24:16	3:35	7		22	3:49	
ZZ Rad	11,00	27:48	2:31	6	5:21	42	7:38	34,45	1:52:04	3:15	6	18:21	18	5:50	
Rad Ende	11,00	23:08	2:06	7	4:51	49	6:43	45,45	2:15:12	2:58	9	27:41	25	7:26	
Wechsel Rad-Lau	0,05	2:24	47:59	9	1:12	56	1:25	45,50	2:17:36	3:01	9	28:45	25	8:09	
Rad Gesamt	44,05	1:45:25	2:23	9	27:56	58	30:33	45,50	2:17:36	3:01	9	28:45	25	8:09	
ZZ Lauf	3,33	13:56	4:11	9	4:14	48	5:07	48,83	2:31:32	3:06	9	32:59	24	10:05	
ZZ Lauf	3,33	29:12	8:46	7	8:05	43	9:52	52,16	3:00:44	3:27	7	38:51	19	11:07	
Lauf	3,33	14:48	4:26	7	4:21	50	5:37	55,40	3:15:32	3:31	9	45:05	53	57:58	