



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

Detailauswertung

Kower, Katja

Gesamt-Zeit: 1:22:39

Verein: Duisburg
Startnummer: 176

Strecke: 25,70 km
Volksdistanz (0,70-20,00-5,00)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 37 (von 116)
Strecken-Platzierung/Frauen: 3 (von 24)
Bestzeit der Strecke: 1:15:12

Kategorie:
AK3 weiblich (30-34 Jahre)

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)
Bestzeit in der Kategorie: 1:16:27

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	14:00	20:00	3	0:11	3	0:11	0,70	14:00	20:00	2	0:11	23		
Schwimmen Nett	0,70	14:00	20:00	2	0:11	23		0,70	14:00	20:00	2	0:11	23		
Wechsel Schwim	0,05	1:51	37:00	2	0:10	3	0:10	0,75	15:51	21:07	2	0:21	23		
Schwimmen Ges	0,75	15:51	21:07	2	0:21	23		0,75	15:51	21:07	2	0:21	23		
ZZ Rad	10,00	21:59	2:11	1	-	2	2:25	10,75	37:50	3:31	1	-	2	2:13	
Rad Ende	10,00	19:48	1:58	1	-	2	1:43	20,75	57:38	2:46	2	3:58	23		
Wechsel Rad-Lau	0,05	0:59	19:39	1	-	1	-	20,80	58:37	2:49	2	3:43	23		
Rad Gesamt	20,05	42:46	2:07	2	3:22	3	3:55	20,80	58:37	2:49	2	3:43	23		
ZZ Lauf	2,50	11:48	4:43	2	1:18	6	1:59	23,30	1:10:25	3:01	2	5:01	23		
Lauf	2,50	12:14	4:53	2	1:11	5	1:45	25,70	1:22:39	3:12	2	6:12	3	7:27	