



7. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 28.06.2014

Detailauswertung

Koch, Lars

Gesamt-Zeit: 2:42:23

Verein: Team Magic

Startnummer: 325

Strecke: 55,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 27 (von 86)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 27 (von 69)

Bestzeit der Strecke: 2:15:45

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)

AK3 männlich (30-34 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 2:33:45

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen nett	1,40	28:28	20:19	3	2:17	36	7:41	1,40	28:28	20:19	2	0:07	53	1:24
Wechsel S -> R	-	2:22	-	4	0:32	30	1:02	1,40	30:50	22:01	2	0:30	53	1:28
Schwimmen Ges	1,40	30:50	22:01	2	0:30	53	1:28	1,40	30:50	22:01	2	0:30	53	1:28
Rad netto	44,00	1:24:49	1:55	2	4:14	30	12:48	45,40	1:55:39	2:32	2	4:44	60	
Wechsel R -> L	-	1:43	-	4	0:30	42	0:52	45,40	1:57:22	2:35	2	5:03	58	
Rad Gesamt	44,00	1:26:32	1:57	2	4:33	31	13:01	45,40	1:57:22	2:35	2	5:03	58	
Lauf	10,00	45:01	4:30	3	3:35	28	7:48	55,40	2:42:23	2:55	2	8:38	27	26:38