



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

Detailauswertung

Hissmann, Sonja

Gesamt-Zeit: 3:01:40

Verein: 1 Tri-Club Paderborn

Startnummer: 417

Strecke: 55,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 43 (von 87)

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

Strecken-Platzierung/Frauen: 1 (von 13)

Bestzeit der Strecke: 3:01:40

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 1(von 4)

Seniorinnen 2 (45-49 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 3:01:40

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 nett	1,40	28:39	20:27	2	1:03	4	3:39	1,40	28:39	20:27	2	1:03	4	3:39				
Wechsel S -> R	-	3:10	-	2	0:42	3	0:42	1,40	31:49	22:43	2	1:45	4	3:16				
Schwimmen Ges	1,40	31:49	22:43	2	1:45	4	3:16	1,40	31:49	22:43	2	1:45	4	3:16				
Rad netto	44,00	1:36:57	2:12	1	-	2	1:17	45,40	2:08:46	2:50	1	-	2	0:06				
Wechsel R -> L	-	2:17	-	2	0:12	2	0:12	45,40	2:11:03	2:53	1	-	1	-				
Rad Gesamt	44,00	1:39:14	2:15	1	-	2	1:03	45,40	2:11:03	2:53	1	-	1	-				
Lauf	10,00	50:37	5:03	1	-	4	2:48	55,40	3:01:40	3:16	1	-	1	-				