



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

Detailauswertung

Kraus, Gudrun

Gesamt-Zeit: 3:02:54

Verein: ASC Ahlen

Startnummer: 378

Strecke: 55,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 87)

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

Strecken-Platzierung/Frauen: 2 (von 13)

Bestzeit der Strecke: 3:01:40

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Seniorinnen 4 (55-59 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 3:02:54

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Schwimmen nett	1,40	30:05	21:29	2	3:30	7	5:05	1,40	30:05	21:29	2	3:30	7	5:05
Wechsel S -> R	-	4:19	-	3	1:20	8	1:51	1,40	34:24	24:34	2	4:07	7	5:51
Schwimmen Ges	1,40	34:24	24:34	2	4:07	7	5:51	1,40	34:24	24:34	2	4:07	7	5:51
Rad netto	44,00	1:35:40	2:10	1	-	1	-	45,40	2:10:04	2:51	2	1:24	4	1:24
Wechsel R -> L	-	2:31	-	2	0:05	5	0:26	45,40	2:12:35	2:55	2	0:54	4	1:32
Rad Gesamt	44,00	1:38:11	2:13	1	-	1	-	45,40	2:12:35	2:55	2	0:54	4	1:32
Lauf	10,00	50:19	5:01	1	-	3	2:30	55,40	3:02:54	3:18	1	-	2	1:14