



8. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 13.06.2015

Detailauswertung

Althoff, Sylvia

Gesamt-Zeit: 2:28:10

Verein: Adler Langlauf Bottrop

Startnummer: 197

Strecke: 25,70 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 111 (von 113)

Volksdistanz (0,70-20,00-5,00)

Strecken-Platzierung/Frauen: 25 (von 26)

Bestzeit der Strecke: 1:12:25

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 5(von 5)

Seniorinnen 2 (45-49 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:06

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Schwimmen nett	0,70	27:43	39:35	5	15:04	25	16:33	0,70	27:43	39:35	5	15:04	25	16:33
Wechsel S -> R	-	7:12	-	5	4:19	25	5:28	0,70	34:55	49:52	5	19:02	25	22:01
Schwimmen Ges	0,70	34:55	49:52	5	19:02	25	22:01	0,70	34:55	49:52	5	19:02	25	22:01
Rad netto	20,00	1:09:51	3:29	5	26:09	25	30:51	20,70	1:44:46	5:03	5	45:11	25	52:52
Wechsel R -> L	-	2:42	-	4	1:04	22	1:39	20,70	1:47:28	5:11	5	45:34	25	54:26
Rad Gesamt	20,00	1:12:33	3:37	5	26:33	25	32:25	20,70	1:47:28	5:11	5	45:34	25	54:26
Lauf	5,00	40:42	8:08	5	16:32	25	21:19	25,70	2:28:10	5:45	5	59:04	25	1:15:45