



30. stz-Werratal-Triathlon

Naherholungszentrum Immelborn / 26.07.2015

Detailauswertung

Lämmerhirt, Dennis

Gesamt-Zeit: 2:23:39

Verein: 1. Eichsfelder Sportclub e.V.

Startnummer: 6

Strecke: 55,50 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 67)

Olympische Distanz 1,5-44-10.00

Strecken-Platzierung/Männer: 8 (von 51)

Bestzeit der Strecke: 2:12:20

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 2(von 8)

TM 30-34

Bestzeit in der Kategorie: 2:17:04

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	1,50	28:13	18:48	4	4:16	16	6:30	1,50	28:13	18:48	4	4:16	16	6:30
Wechsel S -> R	0,05	1:18	26:00	5	0:37	29	0:45	1,55	29:31	19:02	4	4:53	16	7:08
Schwimmen Ges	1,55	29:31	19:02	4	4:53	16	7:08	1,55	29:31	19:02	4	4:53	16	7:08
Rad netto	44,00	1:12:22	1:38	1	-	6	3:18	45,55	1:41:53	2:14	3	2:01	9	8:00
Wechsel R -> L	0,05	0:41	13:39	1	-	3	0:07	45,60	1:42:34	2:14	3	1:59	9	8:06
Rad Gesamt	44,05	1:13:03	1:39	1	-	6	3:11	45,60	1:42:34	2:14	3	1:59	9	8:06
Lauf	9,90	41:05	4:08	3	4:51	13	4:51	55,50	2:23:39	2:35	2	6:35	8	11:19