



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Detailauswertung

Krause, Silke

Gesamt-Zeit: 1:37:53

Verein: Marathon-Club Menden

Startnummer: 188

Strecke: 25,70 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 72 (von 109)

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

Strecken-Platzierung/Frauen: 15 (von 26)

Bestzeit der Strecke: 1:24:45

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 3(von 6)

Seniorinnen 3 (50-54 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:27:36

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	16:14	23:11	2	0:10	11	2:49	0,70	16:14	23:11	2	0:10	11	2:49
Wechsel S -> R	-	3:09	-	3	0:33	10	1:00	0,70	19:23	27:41	1	-	8	2:56
Schwimmen Ges	0,70	19:23	27:41	1	-	8	2:56	0,70	19:23	27:41	1	-	8	2:56
Rad netto	20,00	49:08	2:27	5	4:55	17	5:35	20,70	1:08:31	3:18	3	4:25	13	8:18
Wechsel R -> L	-	2:14	-	3	0:36	17	0:53	20,70	1:10:45	3:25	3	3:51	13	9:06
Rad Gesamt	20,00	51:22	2:34	5	5:07	17	6:10	20,70	1:10:45	3:25	3	3:51	13	9:06
Lauf	5,00	27:08	5:25	6	6:26	17	6:26	25,70	1:37:53	3:48	3	10:17	15	13:08