



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Detailauswertung

Frontzek, Adrian

Gesamt-Zeit: 1:38:41

Verein: Meschede

Startnummer: 227

Strecke: 25,70 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 76 (von 109)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 60 (von 83)

Bestzeit der Strecke: 1:09:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 2(von 6)

AK4 männlich (35-39 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:11

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen nett	0,70	21:13	30:18	5	5:05	77	10:36	0,70	21:13	30:18	5	5:05	78	21:13
Wechsel S -> R	-	3:36	-	2	0:45	47	1:53	0,70	24:49	35:27	3	4:57	69	24:49
Schwimmen Ges	0,70	24:49	35:27	3	4:57	69	24:49	0,70	24:49	35:27	3	4:57	69	24:49
Rad netto	20,00	48:40	2:25	2	6:36	63	14:42	20,70	1:13:29	3:32	2	11:33	70	24:16
Wechsel R -> L	-	2:17	-	3	0:50	52	1:16	20,70	1:15:46	3:39	2	12:02	71	25:16
Rad Gesamt	20,00	50:57	2:32	2	7:05	63	15:42	20,70	1:15:46	3:39	2	12:02	71	25:16
Lauf	5,00	22:55	4:35	1	-	27	5:25	25,70	1:38:41	3:50	2	9:30	60	29:29