



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Detailauswertung

Birkholz, Jan

Gesamt-Zeit: 1:53:53

Verein: Rheda-WD.

Startnummer: 208

Strecke: 25,70 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 100 (von 109)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 76 (von 83)

Bestzeit der Strecke: 1:09:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

AK4 männlich (35-39 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:29:11

| Kontrolle | Zwischenzeiten | | | | | | | Teilstreckenwertung | | | | | | | Gesamtwertung | | | |
|----------------|----------------|------------|--------------|------------|--------------|--------------|----------------|---------------------|-------------|---------------|------------|--------------|--------------|----------------|---------------|--|--|--|
| | Split km | Split Zeit | Split min/km | Platz Kat. | Rückst. Kat. | Platz Männer | Rückst. Männer | Gesamt km | Gesamt Zeit | Gesamt min/km | Platz Kat. | Rückst. Kat. | Platz Männer | Rückst. Männer | | | | |
| Schwimmen nett | 0,70 | 16:08 | 23:02 | 1 | - | 29 | 5:31 | 0,70 | 16:08 | 23:02 | 1 | - | 30 | 16:08 | | | | |
| Wechsel S -> R | - | 3:56 | - | 3 | 1:05 | 54 | 2:13 | 0,70 | 20:04 | 28:40 | 2 | 0:12 | 33 | 20:04 | | | | |
| Schwimmen Ges | 0,70 | 20:04 | 28:40 | 2 | 0:12 | 33 | 20:04 | 0,70 | 20:04 | 28:40 | 2 | 0:12 | 33 | 20:04 | | | | |
| Rad netto | 20,00 | 59:56 | 2:59 | 4 | 17:52 | 76 | 25:58 | 20,70 | 1:20:00 | 3:51 | 4 | 18:04 | 76 | 30:47 | | | | |
| Wechsel R -> L | - | 2:51 | - | 5 | 1:24 | 74 | 1:50 | 20,70 | 1:22:51 | 4:00 | 4 | 19:07 | 76 | 32:21 | | | | |
| Rad Gesamt | 20,00 | 1:02:47 | 3:08 | 4 | 18:55 | 76 | 27:32 | 20,70 | 1:22:51 | 4:00 | 4 | 19:07 | 76 | 32:21 | | | | |
| Lauf | 5,00 | 31:02 | 6:12 | 5 | 8:07 | 78 | 13:32 | 25,70 | 1:53:53 | 4:25 | 4 | 24:42 | 76 | 44:41 | | | | |