



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Detailauswertung

Riege, Karsten

Verein: Neuenrade

Startnummer: 323

Strecke: 55,40 km

Olympische Distanz (1,40-44,00-10,00)

Kategorie:

Senioren 4 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 3:00:58

Strecken-Platzierung/Gesamt: 31 (von 59)

Strecken-Platzierung/Männer: 27 (von 47)

Bestzeit der Strecke: 2:22:22

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 2:35:51

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	1,40	32:24	23:08	6	7:11	33	10:00	1,40	32:24	23:08	6	7:11	33	10:00
Wechsel S -> R	-	3:28	-	2	1:13	16	1:36	1,40	35:52	25:37	5	8:24	31	11:13
Schwimmen Ges	1,40	35:52	25:37	5	8:24	31	11:13	1,40	35:52	25:37	5	8:24	31	11:13
Rad netto	44,00	1:28:56	2:01	2	6:11	15	15:53	45,40	2:04:48	2:44	3	14:35	22	26:01
Wechsel R -> L	-	2:49	-	3	0:57	28	1:16	45,40	2:07:37	2:48	3	1:36:47	21	1:36:47
Rad Gesamt	44,00	1:31:45	2:05	2	7:08	16	17:09	45,40	2:07:37	2:48	3	1:36:47	21	1:36:47
Lauf	10,00	53:21	5:20	4	10:05	34	12:38	55,40	3:00:58	3:15	4	25:07	27	38:36