



# 9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

## Detailauswertung

Aschendorf, Jan

Gesamt-Zeit: 3:08:50

Verein: Hit & Run

Startnummer: 343

Strecke: 55,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 35 (von 59)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 31 (von 47)

Bestzeit der Strecke: 2:22:22

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 5(von 6)

AK4 männlich (35-39 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 2:50:37

### 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	28:43	20:30	3	1:49	18	6:19	1,40	28:43	20:30	3	1:49	18	6:19
Wechsel S -> R	-	4:36	-	6	1:10	34	2:44	1,40	33:19	23:47	3	2:59	21	8:40
Schwimmen Ges	1,40	33:19	23:47	3	2:59	21	8:40	1,40	33:19	23:47	3	2:59	21	8:40
Rad netto	44,00	1:42:11	2:19	6	12:31	44	29:08	45,40	2:15:30	2:59	5	14:42	36	36:43
Wechsel R -> L	-	2:31	-	2	0:26	18	0:58	45,40	2:18:01	3:02	5	15:08	35	1:47:11
Rad Gesamt	44,00	1:44:42	2:22	6	12:21	42	30:06	45,40	2:18:01	3:02	5	15:08	35	1:47:11
Lauf	10,00	50:49	5:04	4	4:39	27	10:06	55,40	3:08:50	3:24	5	18:13	31	46:28