



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Detailauswertung

Köhler, Holger

Gesamt-Zeit: 3:12:40

Verein: Tri-Corps Warstein

Startnummer: 356

Strecke: 55,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 44 (von 59)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 38 (von 47)

Bestzeit der Strecke: 2:22:22

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 6(von 6)

Senioren 4 (55-59 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 2:35:51

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	1,40	28:25	20:17	2	3:12	15	6:01	1,40	28:25	20:17	2	3:12	15	6:01	
Wechsel S -> R	-	5:46	-	5	3:31	42	3:54	1,40	34:11	24:24	4	6:43	26	9:32	
Schwimmen Ges	1,40	34:11	24:24	4	6:43	26	9:32	1,40	34:11	24:24	4	6:43	26	9:32	
Rad netto	44,00	1:39:07	2:15	6	16:22	39	26:04	45,40	2:13:18	2:56	5	23:05	30	34:31	
Wechsel R -> L	-	4:27	-	5	2:35	45	2:54	45,40	2:17:45	3:02	6	1:46:55	33	1:46:55	
Rad Gesamt	44,00	1:43:34	2:21	5	18:57	40	28:58	45,40	2:17:45	3:02	6	1:46:55	33	1:46:55	
Lauf	10,00	54:55	5:29	5	11:39	37	14:12	55,40	3:12:40	3:28	6	36:49	38	50:18	