



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Detailauswertung

Lux, Gabi

Gesamt-Zeit: 4:06:21

Verein: TSV Hochdahl

Startnummer: 336

Strecke: 55,40 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 57 (von 59)

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

Strecken-Platzierung/Frauen: 11 (von 12)

Bestzeit der Strecke: 2:38:58

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 2(von 2)

Seniorinnen 3 (50-54 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 3:09:58

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Schwimmen nett	1,40	40:43	29:05	2	11:10	12	15:51	1,40	40:43	29:05	2	11:10	12	15:51
Wechsel S -> R	-	5:25	-	2	0:38	11	3:05	1,40	46:08	32:57	2	11:48	12	18:56
Schwimmen Ges	1,40	46:08	32:57	2	11:48	12	18:56	1,40	46:08	32:57	2	11:48	12	18:56
Rad netto	44,00	2:10:31	2:57	2	30:46	11	46:23	45,40	2:56:39	3:53	2	42:34	12	1:05:19
Wechsel R -> L	-	3:21	-	2	0:40	10	1:33	45,40	3:00:00	3:57	2	43:14	12	1:06:47
Rad Gesamt	44,00	2:13:52	3:02	2	31:26	11	47:51	45,40	3:00:00	3:57	2	43:14	12	1:06:47
Lauf	10,00	1:06:21	6:38	2	13:09	11	20:36	55,40	4:06:21	4:26	2	56:23	11	1:27:23