



# 9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

## Detailauswertung

Gräser, Ralf

Gesamt-Zeit: 1:22:41

Verein: TriSpeed Herscheid

Startnummer: 136

Strecke: 25,70 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 18 (von 109)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 83)

Bestzeit der Strecke: 1:09:12

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 5(von 12)

Senioren 2 (45-49 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:18:04

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen nett	0,70	11:59	17:07	1	-	3	1:22	0,70	11:59	17:07	1	-	4	11:59
Wechsel S -> R	-	2:13	-	2	0:25	10	0:30	0,70	14:12	20:17	1	-	5	14:12
Schwimmen Ges	0,70	14:12	20:17	1	-	5	14:12	0,70	14:12	20:17	1	-	5	14:12
Rad netto	20,00	43:16	2:09	7	6:04	38	9:18	20,70	57:28	2:46	3	2:57	15	8:15
Wechsel R -> L	-	1:39	-	5	0:15	24	0:38	20,70	59:07	2:51	3	2:00	14	8:37
Rad Gesamt	20,00	44:55	2:14	7	6:10	38	9:40	20,70	59:07	2:51	3	2:00	14	8:37
Lauf	5,00	23:34	4:42	7	2:37	36	6:04	25,70	1:22:41	3:13	5	4:37	18	13:29