



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Detailauswertung

Selker, Astrid

Gesamt-Zeit: 1:24:45

Verein: LC Wiedenbrück

Startnummer: 145

Strecke: 25,70 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 27 (von 109)

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

Strecken-Platzierung/Frauen: 1 (von 26)

Bestzeit der Strecke: 1:24:45

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

AK3 weiblich (30-34 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:24:45

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	
Schwimmen nett	0,70	14:18	20:25	1	-	3	0:53	0,70	14:18	20:25	1	-	3	0:53	
Wechsel S -> R	-	2:09	-	1	-	1	-	0,70	16:27	23:30	1	-	1	-	
Schwimmen Ges	0,70	16:27	23:30	1	-	1	-	0,70	16:27	23:30	1	-	1	-	
Rad netto	20,00	43:46	2:11	1	-	3	0:13	20,70	1:00:13	2:54	1	-	1	-	
Wechsel R -> L	-	1:26	-	1	-	2	0:05	20,70	1:01:39	2:58	1	-	1	-	
Rad Gesamt	20,00	45:12	2:15	1	-	1	-	20,70	1:01:39	2:58	1	-	1	-	
Lauf	5,00	23:06	4:37	1	-	3	2:24	25,70	1:24:45	3:17	1	-	1	-	