



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

## Detailauswertung

**KRAUSE, Silke**

Verein: Marathon-Club Menden

Startnummer: 187

Strecke: 25,50 km

Volksdistanz (0,50-20,00-5,00)

Kategorie:

Seniorinnen 3 (50-54 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:33:05**

Geschwindigkeit: 16,11 km/h

Laufleistung: 3:39 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 105 (von 157)

Strecken-Platzierung/Frauen: 23 (von 42)

Bestzeit der Strecke: 1:12:08

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 1:18:33

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Schwimmen	0,50	10:45	21:30	3	1:11	16	2:39	0,50	10:45	21:30	3	1:11	16	2:39
Rad	20,00	54:51	2:44	4	11:39	23	12:40	20,50	1:05:36	3:11	4	11:42	22	15:19
Lauf	5,00	27:29	5:29	4	5:25	24	6:13	25,50	1:33:05	3:39	4	14:32	23	20:57