



10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

Detailauswertung

RUDNIK, Christian

Verein: LT Starlight Team Essen

Startnummer: 172

Strecke: 25,50 km

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

Kategorie:

Senioren 3 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:46:03

Geschwindigkeit: 14,14 km/h

Laufleistung: 4:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 138 (von 157)

Strecken-Platzierung/Männer: 101 (von 115)

Bestzeit der Strecke: 1:04:56

Kategorie-Platzierung: 18(von 19)

Bestzeit in der Kategorie: 1:05:20

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	0,50	12:09	24:18	9	3:26	65	4:07	0,50	12:09	24:18	9	3:26	65	4:07
Rad	20,00	1:00:13	3:00	19	23:06	101	23:06	20,50	1:12:22	3:31	18	26:32	97	26:32
Lauf	5,00	33:41	6:44	18	14:11	108	16:27	25,50	1:46:03	4:09	18	40:43	101	41:07