



10. ITH-Henneseer-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

Detailauswertung

AHLBORN, Stefan

Verein: SG Lenglern

Startnummer: 468

Strecke: 55,50 km

Olympische Distanz (1,50-44,00-10,00)

Kategorie:

Senioren 2 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 3:32:30

Geschwindigkeit: 15,67 km/h

Laufleistung: 3:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 77 (von 84)

Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 69)

Bestzeit der Strecke: 2:18:58

Kategorie-Platzierung: 16(von 17)

Bestzeit in der Kategorie: 2:31:21

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen	1,50	36:54	24:35	15	14:00	63	16:00	1,50	36:54	24:35	15	14:00	63	16:00
Rad	44,00	1:56:06	2:38	17	32:27	65	37:07	45,50	2:33:00	3:21	17	44:41	66	51:21
Lauf	10,00	59:30	5:57	15	19:00	58	22:11	55,50	3:32:30	3:49	16	1:01:09	65	1:13:32