



6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

evaluación detallada

Knaack, Benjamin

tiempo total: 1:35:05

Asociación: Düsseldorf

Dorsal: 184

recorrido: 25.70 km

posición en el recorrido/Total: 82 (de 116)

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

posición en el recorrido/Men: 72 (de 92)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:19

categoría:

posición en la categoría: 6(de 8)

AK2 männlich (25-29 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 1:06:54

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso | | | Total score | |
|-----------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|---------|-----|-------------|-----------------|-----------------|----------|---------|-------|-------------|-------|
| | | | | posición | retraso | Men | | | | posición | retraso | Men | | |
| Schwimmen | 0.70 | 16:46 | 23:57 | 3 | 5:05 | 59 | 7:07 | 0.70 | 16:46 | 23:57 | 6 | 5:05 | 44 | |
| Schwimmen nett | 0.70 | 16:46 | 23:57 | 6 | 5:05 | 44 | | 0.70 | 16:46 | 23:57 | 6 | 5:05 | 44 | |
| Wechsel Schwim | 0.05 | 2:31 | 50:19 | 4 | 1:08 | 48 | 1:19 | 0.75 | 19:17 | 25:42 | 6 | 6:13 | 44 | |
| Schwimmen Tot | 0.75 | 19:17 | 25:42 | 6 | 6:13 | 44 | | 0.75 | 19:17 | 25:42 | 6 | 6:13 | 44 | |
| ZZ Rad | 10.00 | 24:59 | 2:29 | 6 | 4:25 | 67 | 7:31 | 10.75 | 44:16 | 4:07 | 5 | 4:38 | 11 | 2:07 |
| Rad Ende | 10.00 | 22:04 | 2:12 | 4 | 2:53 | 62 | 7:05 | 20.75 | 1:06:20 | 3:11 | 6 | 18:08 | 44 | 3:36 |
| Wechsel Rad-Lau | 0.05 | 1:32 | 30:40 | 7 | 0:46 | 64 | 0:53 | 20.80 | 1:07:52 | 3:15 | 6 | 18:54 | 44 | 3:46 |
| Rad Total | 20.05 | 48:35 | 2:25 | 7 | 12:41 | 76 | 13:58 | 20.80 | 1:07:52 | 3:15 | 6 | 18:54 | 44 | 3:46 |
| ZZ Lauf | 2.50 | 13:14 | 5:17 | 5 | 2:21 | 73 | 4:23 | 23.30 | 1:21:06 | 3:28 | 5 | 10:15 | 43 | 5:48 |
| Lauf | 2.50 | 13:59 | 5:35 | 5 | 2:52 | 73 | 4:37 | 25.70 | 1:35:05 | 3:41 | 6 | 28:11 | 72 | 31:46 |