



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

evaluación detallada

Birkholz, Jan

tiempo total: 1:53:53

Asociación: Rheda-WD.

Dorsal: 208

recorrido: 25.70 km

posición en el recorrido/Total: 100 (de 109)

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

posición en el recorrido/Men: 76 (de 83)

mejor tiempo del recorrido: 1:09:12

categoría:

posición en la categoría: 4(de 6)

AK4 männlich (35-39 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 1:29:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso				Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición	retraso	posición	retraso				posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Schwimmen nett	0.70	16:08	23:02	1	-	29	5:31	0.70	16:08	23:02	1	-	30	16:08
Wechsel S -> R	-	3:56	-	3	1:05	54	2:13	0.70	20:04	28:40	2	0:12	33	20:04
Schwimmen Total	0.70	20:04	28:40	2	0:12	33	20:04	0.70	20:04	28:40	2	0:12	33	20:04
Rad netto	20.00	59:56	2:59	4	17:52	76	25:58	20.70	1:20:00	3:51	4	18:04	76	30:47
Wechsel R -> L	-	2:51	-	5	1:24	74	1:50	20.70	1:22:51	4:00	4	19:07	76	32:21
Rad Total	20.00	1:02:47	3:08	4	18:55	76	27:32	20.70	1:22:51	4:00	4	19:07	76	32:21
Lauf	5.00	31:02	6:12	5	8:07	78	13:32	25.70	1:53:53	4:25	4	24:42	76	44:41