



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

evaluación detallada

Lanzendörfer, Monica

tiempo total: 3:09:58

Asociación: TSV Hochdahl

Dorsal: 337

recorrido: 55.40 km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 59)

Olympische Distanz (1,40-44,00-10,00)

posición en el recorrido/Women: 5 (de 12)

mejor tiempo del recorrido: 2:38:58

categoría:

posición en la categoría: 1(de 2)

Seniorinnen 3 (50-54 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 3:09:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoria	Women	categoria	Women				categoria	Women	categoria	Women
Schwimmen nett	1.40	29:33	21:06	1	-	5	4:41	1.40	29:33	21:06	1	-	5	4:41
Wechsel S -> R	-	4:47	-	1	-	9	2:27	1.40	34:20	24:31	1	-	6	7:08
Schwimmen Total	1.40	34:20	24:31	1	-	6	7:08	1.40	34:20	24:31	1	-	6	7:08
Rad netto	44.00	1:39:45	2:16	1	-	5	15:37	45.40	2:14:05	2:57	1	-	6	22:45
Wechsel R -> L	-	2:41	-	1	-	5	0:53	45.40	2:16:46	3:00	1	-	6	23:33
Rad Total	44.00	1:42:26	2:19	1	-	5	16:25	45.40	2:16:46	3:00	1	-	6	23:33
Lauf	10.00	53:12	5:19	1	-	6	7:27	55.40	3:09:58	3:25	1	-	5	31:00