



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

evaluación detallada

Salingré, Ruth

tiempo total: 3:28:53

Asociación: Ingenieurbüro Salingré

Dorsal: 371

recorrido: 55.40 km

posición en el recorrido/Total: 52 (de 59)

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

posición en el recorrido/Women: 9 (de 12)

mejor tiempo del recorrido: 2:38:58

categoría:

posición en la categoría: 1(de 1)

Seniorinnen 5 (60-64 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 3:28:53

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 | | | |
|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|------------------|-----------|-------|-------|-------------|-----------------|-----------------|------------------|-----------|-------|-------|
| | | | | categoría | categoría | Women | Women | | | | categoría | categoría | Women | Women |
| Schwimmen nett | 1.40 | 33:08 | 23:40 | 1 | - | 8 | 8:16 | 1.40 | 33:08 | 23:40 | 1 | - | 8 | 8:16 |
| Wechsel S -> R | - | 7:13 | - | 1 | - | 12 | 4:53 | 1.40 | 40:21 | 28:49 | 1 | - | 11 | 13:09 |
| Schwimmen Total | 1.40 | 40:21 | 28:49 | 1 | - | 11 | 13:09 | 1.40 | 40:21 | 28:49 | 1 | - | 11 | 13:09 |
| Rad netto | 44.00 | 1:47:34 | 2:26 | 1 | - | 8 | 23:26 | 45.40 | 2:27:55 | 3:15 | 1 | - | 10 | 36:35 |
| Wechsel R -> L | - | 3:04 | - | 1 | - | 8 | 1:16 | 45.40 | 2:30:59 | 3:19 | 1 | - | 10 | 37:46 |
| Rad Total | 44.00 | 1:50:38 | 2:30 | 1 | - | 7 | 24:37 | 45.40 | 2:30:59 | 3:19 | 1 | - | 10 | 37:46 |
| Lauf | 10.00 | 57:54 | 5:47 | 1 | - | 8 | 12:09 | 55.40 | 3:28:53 | 3:46 | 1 | - | 9 | 49:55 |