



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

## evaluación detallada

**RUDNIK, Christian**

Asociación: LT Starlight Team Essen

Dorsal: 172

recorrido: 25.50 km

Volksdistanz (0,50-20,00-5,00)

categoría:

Senioren 3 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:46:03

velocidad: 14.14 km/h

rendimiento en carrera: 4:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 138 (de 157)

posición en el recorrido/Men: 101 (de 115)

mejor tiempo del recorrido: 1:04:56

posición en la categoría: 18(de 19)

mejor tiempo en la categoría: 1:05:20

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
Schwimmen	0.50	12:09	24:18	9	3:26	65	4:07	0.50	12:09	24:18	9	3:26	65	4:07
Rad	20.00	1:00:13	3:00	19	23:06	101	23:06	20.50	1:12:22	3:31	18	26:32	97	26:32
Lauf	5.00	33:41	6:44	18	14:11	108	16:27	25.50	1:46:03	4:09	18	40:43	101	41:07