



# 6. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 06.07.2013

## Exploitation détaillée

**Pultar, Ralf**

**Temps total: 3:41:10**

Association: Inden

Dossard: 318

Circuit: 55.40 km

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

Place par parcours/Total: 68 (de 71)

Place par parcours/Hommes: 59 (de 61)

Meilleur temps dans le parcours: 2:17:34

Catégorie:

Senioren 1 (40-44 Jahre)

Place par catégorie: 13(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:24:19

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste            | Etape |         | Etape  | Place | Retard | Etape  |       | Total | Total   | Total | Place | Retard  | Place | Retard  |
|------------------|-------|---------|--------|-------|--------|--------|-------|-------|---------|-------|-------|---------|-------|---------|
|                  | km    | Temps   |        |       |        | min/km | catg. |       |         |       |       |         |       |         |
| Schwimmen        | 1.40  | 44:16   | 31:37  | 13    | 20:45  | 61     | 23:27 | 1.40  | 44:16   | 31:37 | 13    | 20:45   | 31    | 13:13   |
| Schwimmen Net    | 1.40  | 44:16   | 31:37  | 13    | 20:45  | 31     | 13:13 | 1.40  | 44:16   | 31:37 | 13    | 20:45   | 31    | 13:13   |
| Wechsel Schwim   | 0.05  | 5:34    | 111:19 | 13    | 4:09   | 61     | 4:09  | 1.45  | 49:50   | 34:22 | 13    | 24:27   | 31    | 16:14   |
| Schwimmen Total  | 1.45  | 49:50   | 34:22  | 13    | 24:27  | 31     | 16:14 | 1.45  | 49:50   | 34:22 | 13    | 24:27   | 31    | 16:14   |
| ZZ Rad           | 11.00 | 26:38   | 2:25   | 9     | 8:32   | 52     | 8:54  | 12.45 | 1:16:28 | 6:08  | 11    | 32:59   | 29    | 17:17   |
| ZZ Rad           | 11.00 | 27:08   | 2:28   | 10    | 6:37   | 50     | 7:00  | 23.45 | 1:43:36 | 4:25  | 11    | 39:36   | 28    | 23:09   |
| ZZ Rad           | 11.00 | 30:08   | 2:44   | 9     | 9:07   | 47     | 9:58  | 34.45 | 2:13:44 | 3:52  | 9     | 48:43   | 24    | 27:30   |
| Rad Ende         | 11.00 | 23:31   | 2:08   | 11    | 6:28   | 52     | 7:06  | 45.45 | 2:37:15 | 3:27  | 13    | 55:11   | 31    | 29:29   |
| Wechsel Rad-Lauf | 0.05  | 2:21    | 47:00  | 12    | 1:10   | 54     | 1:22  | 45.50 | 2:39:36 | 3:30  | 13    | 56:21   | 31    | 30:09   |
| Rad Total        | 44.05 | 1:49:46 | 2:29   | 13    | 33:13  | 60     | 34:54 | 45.50 | 2:39:36 | 3:30  | 13    | 56:21   | 31    | 30:09   |
| ZZ Lauf          | 3.33  | 14:57   | 4:29   | 11    | 5:28   | 50     | 6:08  | 48.83 | 2:54:33 | 3:34  | 13    | 40:58   | 30    | 33:06   |
| ZZ Lauf          | 3.33  | 31:53   | 9:34   | 10    | 12:06  | 46     | 12:33 | 52.16 | 3:26:26 | 3:57  | 10    | 1:02:00 | 25    | 36:49   |
| Lauf             | 3.33  | 14:44   | 4:25   | 12    | 4:18   | 49     | 5:33  | 55.40 | 3:41:10 | 3:59  | 13    | 1:16:51 | 59    | 1:23:36 |