



7. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 28.06.2014

Exploitation détaillée

Koch, Lars

Temps total: 2:42:23

Association: Team Magic

Dossard: 325

Circuit: 55.40 km

Place par parcours/Total: 27 (de 86)

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

Place par parcours/Hommes: 27 (de 69)

Meilleur temps dans le parcours: 2:15:45

Catégorie:

Place par catégorie: 2(de 5)

AK3 männlich (30-34 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:33:45

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Schwimmen nett	1.40	28:28	20:19	3	2:17	36	7:41	1.40	28:28	20:19	2	0:07	53	1:24
Wechsel S -> R	-	2:22	-	4	0:32	30	1:02	1.40	30:50	22:01	2	0:30	53	1:28
Schwimmen Total	1.40	30:50	22:01	2	0:30	53	1:28	1.40	30:50	22:01	2	0:30	53	1:28
Rad netto	44.00	1:24:49	1:55	2	4:14	30	12:48	45.40	1:55:39	2:32	2	4:44	60	
Wechsel R -> L	-	1:43	-	4	0:30	42	0:52	45.40	1:57:22	2:35	2	5:03	58	
Rad Total	44.00	1:26:32	1:57	2	4:33	31	13:01	45.40	1:57:22	2:35	2	5:03	58	
Lauf	10.00	45:01	4:30	3	3:35	28	7:48	55.40	2:42:23	2:55	2	8:38	27	26:38