



7. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 28.06.2014

Exploitation détaillée

Dastis, Ralf-Ulrich

Temps total: 3:06:58

Association: Dortmund

Dossard: 396

Circuit: 55.40 km

Place par parcours/Total: 65 (de 86)

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

Place par parcours/Hommes: 55 (de 69)

Meilleur temps dans le parcours: 2:15:45

Catégorie:

Place par catégorie: 7(de 10)

Senioren 2 (45-49 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:29:49

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Schwimmen nett	1.40	29:48	21:17	6	8:43	45	9:01	1.40	29:48	21:17	8	8:43	30	2:44
Wechsel S -> R	-	3:52	-	9	1:39	59	2:32	1.40	33:40	24:02	8	10:22	30	4:18
Schwimmen Total	1.40	33:40	24:02	8	10:22	30	4:18	1.40	33:40	24:02	8	10:22	30	4:18
Rad netto	44.00	1:36:59	2:12	8	15:45	57	24:58	45.40	2:10:39	2:52	7	26:07	23	11:05
Wechsel R -> L	-	1:26	-	3	0:07	25	0:35	45.40	2:12:05	2:54	8	25:54	22	
Rad Total	44.00	1:38:25	2:14	7	15:32	57	24:54	45.40	2:12:05	2:54	8	25:54	22	
Lauf	10.00	54:53	5:29	5	11:15	59	17:40	55.40	3:06:58	3:22	7	37:09	55	51:13