



# Carboo4U Weser Hammer Triathlon Bodenfelde 2016 plus Staffelttriathlon Bodenfelde / 10.09.2016

## Exploitation détaillée

Ost, Thomas

Temps total: 1:36:22

Association: SC Bodenfelde

Dossard: 645

Circuit: 33.50 km

Place par parcours/Total: 33 (de 67)

Carboo4u Triathlon Challenge

Place par parcours/Hommes: 31 (de 54)

Meilleur temps dans le parcours: 1:12:01

Catégorie:

Place par catégorie: 6(de 7)

AK 4 TM Jg. 35

Meilleur temps dans la catégorie: 1:12:01

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	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	0.50	12:41	25:22	6	5:19	49	5:30	0.50	12:41	25:22	6	5:19	50	5:30
Wechsel S -> R	-	1:24	-	5	0:31	25	0:40	0.50	14:05	28:10	8	5:28	43	6:02
Schwimmen Total	0.50	14:05	28:10	8	5:28	43	6:02	0.50	14:05	28:10	8	5:28	43	6:02
Rad netto	28.00	54:48	1:57	5	9:47	21	9:47	28.50	1:08:53	2:25	8	15:15	55	15:15
Wechsel R -> L	-	0:47	-	5	0:16	19	0:17	28.50	1:09:40	2:26	8	15:31	55	15:31
Radfahren Total	28.00	55:35	1:59	5	10:03	22	10:03	28.50	1:09:40	2:26	8	15:31	55	15:31
Lauf	5.00	26:42	5:20	6	8:50	38	8:50	33.50	1:36:22	2:52	6	24:21	31	24:21