



Carboo4U Weser Hammer Triathlon Bodenfelde 2016 plus Staffelttriathlon

Bodenfelde / 10.09.2016

Exploitation détaillée

Rümenap, Kirsten

Temps total: 1:39:23

Association: RSC Göttingen

Dossard: 656

Circuit: 33.50 km

Place par parcours/Total: 40 (de 67)

Carboo4u Triathlon Challenge

Place par parcours/Femmes: 4 (de 13)

Meilleur temps dans le parcours: 1:28:42

Catégorie:

Place par catégorie: 1(de 3)

AK 4 TW Jg. 35

Meilleur temps dans la catégorie: 1:39:23

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	
Schwimmen nett	0.50	12:36	25:11	3	1:15	10	2:25	0.50	12:36	25:11	4	1:15	14	2:25	
Wechsel S -> R	-	1:23	-	1	-	2	0:02	0.50	13:59	27:57	4	0:21	14	2:21	
Schwimmen Total	0.50	13:59	27:57	4	0:21	14	2:21	0.50	13:59	27:57	4	0:21	14	2:21	
Rad netto	28.00	59:21	2:07	1	-	3	6:02	28.50	1:13:20	2:34	1	-	4	8:13	
Wechsel R -> L	-	0:51	-	1	-	3	0:15	28.50	1:14:11	2:36	1	-	4	7:56	
Radfahren Total	28.00	1:00:12	2:08	1	-	3	5:45	28.50	1:14:11	2:36	1	-	4	7:56	
Lauf	5.00	25:12	5:02	1	-	2	2:45	33.50	1:39:23	2:58	1	-	4	10:41	