



# 9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

## Exploitation détaillée

**Adam, Dieter**

**Temps total: 1:39:21**

Association: Soest

Dossard: 131

Circuit: 25.70 km

Place par parcours/Total: 78 (de 109)

Volksdistanz (0,70-20,00-5,00)

Place par parcours/Hommes: 62 (de 83)

Meilleur temps dans le parcours: 1:09:12

Catégorie:

Place par catégorie: 16(de 20)

Senioren 3 (50-54 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:10:19

### 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  | 0.70              | 18:20       | 26:11        | 12          | 5:17         | 50         | 7:43          | 0.70           | 18:20       | 26:11        | 12          | 5:17         | 51         | 18:20         |
| Wechsel S -> R  | -                 | 4:43        | -            | 18          | 2:31         | 63         | 3:00          | 0.70           | 23:03       | 32:55        | 16          | 7:48         | 61         | 23:03         |
| Schwimmen Total | 0.70              | 23:03       | 32:55        | 16          | 7:48         | 61         | 23:03         | 0.70           | 23:03       | 32:55        | 16          | 7:48         | 61         | 23:03         |
| Rad netto       | 20.00             | 49:28       | 2:28         | 17          | 15:30        | 67         | 15:30         | 20.70          | 1:12:31     | 3:30         | 18          | 23:18        | 68         | 23:18         |
| Wechsel R -> L  | -                 | 2:27        | -            | 11          | 1:10         | 58         | 1:26          | 20.70          | 1:14:58     | 3:37         | 18          | 24:28        | 69         | 24:28         |
| Rad Total       | 20.00             | 51:55       | 2:35         | 17          | 16:40        | 68         | 16:40         | 20.70          | 1:14:58     | 3:37         | 18          | 24:28        | 69         | 24:28         |
| Lauf            | 5.00              | 24:23       | 4:52         | 9           | 4:34         | 44         | 6:53          | 25.70          | 1:39:21     | 3:51         | 16          | 29:02        | 62         | 30:09         |