



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Exploitation détaillée

Frontzek, Adrian

Temps total: 1:38:41

Association: Meschede

Dossard: 227

Circuit: 25.70 km

Place par parcours/Total: 76 (de 109)

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

Place par parcours/Hommes: 60 (de 83)

Meilleur temps dans le parcours: 1:09:12

Catégorie:

Place par catégorie: 2(de 6)

AK4 männlich (35-39 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:29:11

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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm		
Schwimmen nett	0.70	21:13	30:18	5	5:05	77	10:36	0.70	21:13	30:18	5	5:05	78	21:13		
Wechsel S -> R	-	3:36	-	2	0:45	47	1:53	0.70	24:49	35:27	3	4:57	69	24:49		
Schwimmen Total	0.70	24:49	35:27	3	4:57	69	24:49	0.70	24:49	35:27	3	4:57	69	24:49		
Rad netto	20.00	48:40	2:25	2	6:36	63	14:42	20.70	1:13:29	3:32	2	11:33	70	24:16		
Wechsel R -> L	-	2:17	-	3	0:50	52	1:16	20.70	1:15:46	3:39	2	12:02	71	25:16		
Rad Total	20.00	50:57	2:32	2	7:05	63	15:42	20.70	1:15:46	3:39	2	12:02	71	25:16		
Lauf	5.00	22:55	4:35	1	-	27	5:25	25.70	1:38:41	3:50	2	9:30	60	29:29		