



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Exploitation détaillée

Lüddecke, Iris

Temps total: 1:40:39

Association: Non-Stop-Ultra

Dossard: 128

Circuit: 25.70 km

Place par parcours/Total: 81 (de 109)

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

Place par parcours/Femmes: 18 (de 26)

Meilleur temps dans le parcours: 1:24:45

Catégorie:

Place par catégorie: 5(de 6)

Seniorinnen 3 (50-54 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:27:36

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

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	0.70	19:45	28:12	5	3:41	20	6:20	0.70	19:45	28:12	5	3:41	20	6:20
Wechsel S -> R	-	4:15	-	6	1:39	21	2:06	0.70	24:00	34:17	5	4:37	22	7:33
Schwimmen Total	0.70	24:00	34:17	5	4:37	22	7:33	0.70	24:00	34:17	5	4:37	22	7:33
Rad netto	20.00	47:27	2:22	3	3:14	10	3:54	20.70	1:11:27	3:27	5	7:21	18	11:14
Wechsel R -> L	-	3:06	-	6	1:28	25	1:45	20.70	1:14:33	3:36	5	7:39	19	12:54
Rad Total	20.00	50:33	2:31	4	4:18	16	5:21	20.70	1:14:33	3:36	5	7:39	19	12:54
Lauf	5.00	26:06	5:13	4	5:24	14	5:24	25.70	1:40:39	3:54	5	13:03	18	15:54