



9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Exploitation détaillée

Birkholz, Jan

Temps total: 1:53:53

Association: Rheda-WD.

Dossard: 208

Circuit: 25.70 km

Place par parcours/Total: 100 (de 109)

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

Place par parcours/Hommes: 76 (de 83)

Meilleur temps dans le parcours: 1:09:12

Catégorie:

Place par catégorie: 4(de 6)

AK4 männlich (35-39 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:29:11

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 Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Schwimmen nett	0.70	16:08	23:02	1	-	29	5:31	0.70	16:08	23:02	1	-	30	16:08
Wechsel S -> R	-	3:56	-	3	1:05	54	2:13	0.70	20:04	28:40	2	0:12	33	20:04
Schwimmen Total	0.70	20:04	28:40	2	0:12	33	20:04	0.70	20:04	28:40	2	0:12	33	20:04
Rad netto	20.00	59:56	2:59	4	17:52	76	25:58	20.70	1:20:00	3:51	4	18:04	76	30:47
Wechsel R -> L	-	2:51	-	5	1:24	74	1:50	20.70	1:22:51	4:00	4	19:07	76	32:21
Rad Total	20.00	1:02:47	3:08	4	18:55	76	27:32	20.70	1:22:51	4:00	4	19:07	76	32:21
Lauf	5.00	31:02	6:12	5	8:07	78	13:32	25.70	1:53:53	4:25	4	24:42	76	44:41