9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

Exploitation détaillée

Orlowski, Carsten

Association: Aqua-Sports Plettenberg
Dossard: 137

Temps total: 1:11:10

Circuit: 25.70 km
Volksdistanz (0,70-20,00-5,00)

Place par parcours/Total: 3 (de 109)
Place par parcours/Hommes: 3 (de 83)
Meilleur temps dans le parcours: 1:09:12

Catégorie:
Senioren 1 (40-44 Jahre)

Place par catégorie: 1(de 9)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:11:10

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Schwimmen nett	0.70	12:07	17:18	1	-	4	1:30	0.70	12:07	17:18	1	-	5	12:07
Wechsel S -> R	-	2:35	-	2	0:38	21	0:52	0.70	14:42	21:00	1	-	6	14:42
Schwimmen Tota	0.70	14:42	21:00	1	-	6	14:42	0.70	14:42	21:00	1	-	6	14:42
Rad netto	20.00	34:32	1:43	1	-	2	0:34	20.70	49:14	2:22	1	-	2	0:01
Wechsel R -> L	-	1:29	-	2	0:13	12	0:28	20.70	50:43	2:27	1	-	2	0:13
Rad Total	20.00	36:01	1:48	1	-	2	0:46	20.70	50:43	2:27	1	-	2	0:13
Lauf	5.00	20:27	4:05	2	0:31	7	2:57	25.70	1:11:10	2:46	1	-	3	1:58