



# 9. ITH Hennesee Triathlon

Meschede / 18.06.2016

## Exploitation détaillée

**Kramer, Stephan**

**Temps total: 1:19:54**

Association: TriFun Güstrow

Dossard: 195

Circuit: 25.70 km

Place par parcours/Total: 9 (de 109)

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

Place par parcours/Hommes: 9 (de 83)

Meilleur temps dans le parcours: 1:09:12

Catégorie:

Place par catégorie: 3(de 9)

Senioren 1 (40-44 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:11:10

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps			Place				Retard						
	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	13:32	19:20	3	1:25	9	2:55	0.70	13:32	19:20	3	1:25	10	13:32
Wechsel S -> R	-	2:48	-	3	0:51	27	1:05	0.70	16:20	23:19	2	1:38	11	16:20
Schwimmen Total	0.70	16:20	23:19	2	1:38	11	16:20	0.70	16:20	23:19	2	1:38	11	16:20
Rad netto	20.00	38:55	1:56	3	4:23	17	4:57	20.70	55:15	2:40	3	6:01	9	6:02
Wechsel R -> L	-	1:55	-	4	0:39	34	0:54	20.70	57:10	2:45	3	6:27	9	6:40
Rad Total	20.00	40:50	2:02	3	4:49	16	5:35	20.70	57:10	2:45	3	6:27	9	6:40
Lauf	5.00	22:44	4:32	3	2:48	25	5:14	25.70	1:19:54	3:06	3	8:44	9	10:42