



# 10. ITH-Hennesee-Triathlon

Meschede / 24.06.2017

## Exploitation détaillée

**PAHL, Rainer**

Association: SV Hederborn Upsprunge  
Dossard: 434

Circuit: 55.50 km  
Olympische Distanz (1,50-44,00-10,00)

Catégorie:  
Senioren 1 (40-44 Jahre)

Temps total: 2:59:02

Vitesse: 18.43 km/h  
Kilométrage: 3:14 min/km

Place par parcours/Total: 47 (de 84)  
Place par parcours/Hommes: 40 (de 69)  
Meilleur temps dans le parcours: 2:18:58

Place par catégorie: 8(de 16)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:39:33

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste     | Etape |         | Etape  |       | Etape |        | Place  |       | Retard  |        | Place |       | Retard |        | Total |         | Total  |       | Total |        | Place  |       | Retard  |        | Place |       | Retard |        |
|-----------|-------|---------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|---------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|---------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|---------|--------|-------|-------|--------|--------|
|           | km    | Temps   | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km    | Temps   | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km    | Temps   | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km    | Temps   | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes |
| Schwimmen | 1.50  | 33:49   | 22:32  | 16    | 6:38  | 57     | 12:55  | 1.50  | 33:49   | 22:32  | 16    | 6:38  | 57     | 12:55  | 1.50  | 33:49   | 22:32  | 16    | 6:38  | 57     | 12:55  | 1.50  | 33:49   | 22:32  | 16    | 6:38  | 57     | 12:55  |
| Rad       | 44.00 | 1:36:42 | 2:11   | 8     | 11:28 | 35     | 17:43  | 44.00 | 1:36:42 | 2:11   | 8     | 11:28 | 35     | 17:43  | 45.50 | 2:10:31 | 2:52   | 8     | 17:44 | 43     | 28:52  | 45.50 | 2:10:31 | 2:52   | 8     | 17:44 | 43     | 28:52  |
| Lauf      | 10.00 | 48:31   | 4:51   | 7     | 5:10  | 32     | 11:12  | 10.00 | 48:31   | 4:51   | 7     | 5:10  | 32     | 11:12  | 55.50 | 2:59:02 | 3:13   | 8     | 19:29 | 40     | 40:04  | 55.50 | 2:59:02 | 3:13   | 8     | 19:29 | 40     | 40:04  |