

nach unten

| 14. Juli 2024: 19. IOK-Triathlon Verl 2024                                 |                |    |         |       |          |         |        |          |       |      |       |
|--|----------------|----|---------|-------|----------|---------|--------|----------|-------|------|-------|
| Regionalliga Männer: Sprintdistanz Swim - Bike - Run: 750 m – 20 Km – 5 Km |                |    |         |       |          |         |        |          |       |      |       |
| Startnr.   | Name           | AK | Gesamt  | Swim  | Wechsel1 | Bike    | Ø Km/h | Wechsel2 | Run   | Pace | Platz |
| 257  | Arne Müller    |    | 1:00:35 | 11:56 | 1:56     | 0:28:07 | 42,7   | 1:28     | 17:48 | 3:33 | 11/76 |
| 260  | Niklas Hoenen  |    | 1:06:01 | 12:16 | 2:15     | 0:29:09 | 41,2   | 1:47     | 20:34 | 4:06 | 45/73 |
| 259  | Nicolaus Brand |    | 1:08:03 | 13:19 | 2:16     | 0:31:24 | 38,2   | 1:20     | 19:44 | 3:56 | 62/73 |
| 258  | Leon Hoenen    |    | 1:09:49 | 12:20 | 2:38     | 0:30:55 | 38,8   | 2:21     | 21:35 | 4:19 | 62/73 |

## 11. Platz von 19 Teams (Team Viermärker Dortmund I)

mehr unter:

<https://www.tjnet.de/Ergebnisse/2024/VerlTriathlon2024.pdf>

| 7. Juli 2024: Challenge Roth 2024                        |              |     |          |         |          |                 |          |                 |          |           |          |
|--|--------------|-----|----------|---------|----------|-----------------|----------|-----------------|----------|-----------|----------|
| Langdistanz Swim - Bike - Run: 3,8 Km – 180 Km – 42,2 Km |              |     |          |         |          |                 |          |                 |          |           |          |
| Startnr.   | Name         | AK  | Gesamt   | Swim    | Wechsel1 | Bike (Ø Km/h)   | Wechsel2 | Run (Pace)      | Platz AK | Platz M/W | Finisher |
| 2314   | Lukas Kosche | M25 | 10:16:12 | 1:11:05 | 7:49     | 05:06:25 (35,2) | 4:22     | 03:46:34 (5:22) | 25/182   | 983/2401  | 2843     |

mehr unter:

<https://datev-challenge-roth.r.mikatiming.com/2024/?pid=start&pidp=start>

| 30. Juni 2024: Ironman 70.3 Luxembourg Remich-Région Moselle |               |     |         |         |          |                 |          |                |          |           |          |
|--|---------------|-----|---------|---------|----------|-----------------|----------|----------------|----------|-----------|----------|
| IRONMAN Swim - Bike - Run: 1,9 Km – 90 Km – 21,1 Km          |               |     |         |         |          |                 |          |                |          |           |          |
| Startnr.   | Name          | AK  | Gesamt  | Swim    | Wechsel1 | Bike (Ø Km/h)   | Wechsel2 | Run (Pace)     | Platz AK | Platz M/W | Finisher |
| 1426   | Ralf Kühnhold | M55 | 4:47:49 | 0:32:24 | 5:44     | 02:27:50 (34,6) | 3:33     | 1:28:21 (4:13) | 1/122    | 169/1832  | 173/2280 |

mehr unter:

<https://www.ironman.com/im703-luxembourg-results>

| 30. Juni 2024: 3. Bochum Triathlon 2024                                      |                |     |         |       |          |                |          |       |      |          |       |
|--|----------------|-----|---------|-------|----------|----------------|----------|-------|------|----------|-------|
| Regionalliga Männer: Sprintdistanz Swim - Bike - Run: 500 m – 18,5 Km – 5 Km |                |     |         |       |          |                |          |       |      |          |       |
| Startnr.   | Name           | AK  | Gesamt  | Swim  | Wechsel1 | Bike (Ø Km/h)  | Wechsel2 | Run   | Pace | Platz AK | Platz |
| 257  | Arne Müller    | M25 | 0:58:23 | 07:26 | 1:08     | 0:29:30 (37,6) | 1:10     | 19:09 | 3:49 | 2/10     | 7/73  |
| 258  | Malte Müller   | M25 | 1:00:00 | 07:27 | 1:04     | 0:30:14 (36,7) | 1:24     | 19:51 | 3:58 | 5/10     | 20/73 |
| 260  | Niklas Hoenen  | M25 | 1:03:47 | 08:23 | 1:17     | 0:30:52 (36,0) | 1:17     | 21:58 | 4:23 | 10/10    | 45/73 |
| 259  | Nicolaus Brand | M20 | 1:09:27 | 08:51 | 1:29     | 0:35:55 (30,9) | 1:18     | 21:54 | 4:22 | 7/7      | 62/73 |

## 7. Platz von 19 Teams (Team Viermärker Dortmund I)

| Sprintdistanz Swim - Bike - Run: 500 m – 18,5 Km – 5 Km |                       |     |         |       |          |                 |           |         |      |          |           |
|---|-----------------------|-----|---------|-------|----------|-----------------|-----------|---------|------|----------|-----------|
| Startnr.  | Name                  | AK  | Gesamt  | Swim  | Wechsel1 | Bike            | Wechsel 2 | Run     | Pace | Platz AK | Platz m/w |
|   | Marie-Christine Slota | W25 | 1:29:15 | 12:14 | 2:30     | 00:43:55 (25,3) | 1:40      | 0:28:56 | 5:47 | 9/30     | 40/102    |

mehr unter:

<https://my.raceresult.com/266691/>

| 23. Juni 2024: 17. Indeland Triathlon 2024                               |                  |     |         |       |         |          |         |      |          |                            |           |
|--|------------------|-----|---------|-------|---------|----------|---------|------|----------|----------------------------|-----------|
| NRW-Liga Frauen: Mitteldistanz Swim - Bike - Run: 1,9 Km – 88 Km – 20 Km |                  |     |         |       |         |          |         |      |          |                            |           |
| Startnr.   | Name             | AK  | Gesamt  | Swim  | Bike    | nach Rad | Run     | Pace | Platz AK | Platz AK NRW-Meisterschaft | Platz m/w |
| 155  | Franka Herbst    | W20 | 5:02:43 | 31:27 | 2:43:49 | 3:19:28  | 1:41:33 | 5:04 | 5        | 3                          | 18        |
| 154  | Hanna Höffner    | W20 | 5:16:16 | 31:45 | 2:39:42 | 3:15:46  | 1:58:15 | 5:54 | 6        | 4                          | 26        |
| 153  | Pauline Wiczorek | W25 | 5:18:55 | 31:31 | 2:42:43 | 3:18:37  | 1:58:14 | 5:54 | 8        | 5                          | 27        |

## 10. Platz von 16 Teams (Team Viermärker Dortmund)

| Mitteldistanz Swim - Bike - Run: 1,9 Km – 88 Km – 20 Km |            |     |         |       |                |         |                |         |      |          |           |
|---|------------|-----|---------|-------|----------------|---------|----------------|---------|------|----------|-----------|
| Startnr.  | Name       | AK  | Gesamt  | Swim  | Platz-Wechsel1 | Bike    | Platz-Wechsel2 | Run     | Pace | Platz AK | Platz m/w |
| 247   | Léo Witzel | M30 | 5:14:35 | 34:00 | 179-7:16       | 2:40:50 | 257-3:18       | 1:49:13 | 5:27 | 46/67    | 247/395   |

mehr unter:

<https://www.frielingsdorf-datenservice.de/anmeldung/2024/indeland/inde>

| 16. Juni 2024: 31. Steinbecker Triathlon 2024  |               |    |         |      |          |                      |          |       |      |          |       |
|--|---------------|----|---------|------|----------|----------------------|----------|-------|------|----------|-------|
| Landesliga Nord Männer: Olympische Distanz Swim - Bike - Run: 1,5 Km – 42 Km – 10 Km |               |    |         |      |          |                      |          |       |      |          |       |
| Startnr.   | Name          | AK | Gesamt  | Swim | Wechsel1 | Wechsel-Bike-Wechsel | Wechsel2 | Run   | Pace | Platz AK | Platz |
| 138  | Lukas Kosche  |    | 2:21:33 |      |          | 1:40:04              |          | 41:29 | 4:08 |          | 15/92 |
| 139  | Ralf Kühnhold |    | 2:21:37 |      |          | 1:39:00              |          | 42:37 | 4:15 |          | 16/92 |
| 137  | Niklas Hoenen |    | 2:24:21 |      |          | 1:35:18              |          | 49:03 | 4:54 |          | 22/92 |
| 140  | Jörg Huskotte |    | 2:44:14 |      |          | 1:52:04              |          | 52:11 | 5:13 |          | 61/92 |

## 5. Platz von 16 Teams (Team Viermärker Dortmund II)

mehr unter:

<https://www.chronobase.de/ergebnisse-tabelle-team?wettkampf=974&ev><https://www.chronobase.de/ergebniss-tabelle?wettkampf=974&eventID=165>

| 2. Juni 2024: Ironman European Championship Hamburg 2024 |             |     |          |         |          |         |          |         |          |           |              |
|--|-------------|-----|----------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|-----------|--------------|
| IRONMAN Swim - Bike - Run: 3,8 Km – 178 Km – 42,2 Km     |             |     |          |         |          |         |          |         |          |           |              |
| Startnr.   | Name        | AK  | Gesamt   | Swim    | Wechsel1 | Bike    | Wechsel2 | Run     | Platz AK | Platz M/W | Platz Gesamt |
| 1267   | Oliver Buck | M40 | 13:41:59 | 1:23:31 | 10:05    | 5:46:39 | 10:40    | 6:11:07 | 342/366  | 1901/2052 | 2134/2329    |
| 2479   | Kai Menne   | M45 | 15:27:01 | 1:35:34 | 13:28    | 6:45:08 | 13:16    | 6:39:37 | 328/328  | 2052/2052 | 2329/2329    |

mehr unter:

<https://track.rtrt.me/e/IRM-HAMBURG-2024#/tracker/list>

| 2. Juni 2024: 32. Injoy Triathlon Hagen – 2×2 Sprint       |                   |    |         |       |          |         |          |       |      |         |                     |
|--|-------------------|----|---------|-------|----------|---------|----------|-------|------|---------|---------------------|
| NRW-Liga Frauen: Swim - Bike - Run: 400 m – 13 Km – 2,5 Km |                   |    |         |       |          |         |          |       |      |         |                     |
| Startnr.   | Name              | AK | Gesamt  | Run 1 | Wechsel1 | Bike    | Wechsel2 | Run2  | Pace | Bereich | Platzziffer         |
| 155  | Franka Herbst     | W  | 0:44:36 | 06:15 | 1:13     | 0:24:56 | 1:26     | 10:46 | 4:18 | 32-51   | 41 nach Durchgang 2 |
| 154  | Hanna Höffner     | W  | 0:48:29 | 06:32 | 1:33     | 0:23:54 | 1:51     | 14:40 | 5:52 | 1-31    | 18 nach Durchgang 1 |
| 153  | Pauline Wieczorek | W  | 0:48:30 | 06:34 | 1:31     | 0:23:54 | 1:52     | 14:39 | 5:51 | 1-31    | 19 nach Durchgang 1 |

**8. Platz von 16 Teams (Team Viermärker Dortmund)**

mehr unter:

<https://hagener-triathlon-2024.racepedia.de/ergebnisse>

| 26. Mai 2024: Dalkeman 2024  |               |     |         |       |          |         |          |       |      |          |       |
|--|---------------|-----|---------|-------|----------|---------|----------|-------|------|----------|-------|
| Regionalliga Männer: Kurzdistanz Swim - Bike - Run: 1 Km – 40 Km – 10 Km |               |     |         |       |          |         |          |       |      |          |       |
| Startnr.   | Name          | AK  | Gesamt  | Swim  | Wechsel1 | Bike    | Wechsel2 | Run   | Pace | Platz AK | Platz |
| 257  | Arne Müller   | M20 | 1:53:48 | 15:33 | 1:12     | 0:57:24 | 0:54     | 38:45 | 3:52 | 7/19     | 15/76 |
| 258  | Malte Müller  | M20 | 1:56:36 | 15:32 | 1:29     | 0:59:38 | 1:00     | 38:56 | 3:53 | 10/19    | 24/76 |
| 260  | Niklas Hoenen | M20 | 2:01:11 | 15:58 | 1:25     | 0:59:18 | 1:22     | 43:08 | 4:18 | 15/19    | 40/76 |
| 259  | Lukas Kosche  | M20 | 2:01:54 | 18:27 | 2:41     | 0:59:48 | 1:38     | 39:20 | 3:56 | 16/19    | 43/76 |

mehr unter:

<https://www.triathlonnrw.de/sites/default/files/documents/2024-06/Regionalliga%20Männer%20Gütersloh.pdf>

**5. Platz von 19 Teams (Team Viermärker Dortmund I)**

| Volksdistanz Swim - Bike - Run: 500 m – 20 Km – 5 Km |             |     |         |       |          |         |          |       |      |          |        |
|--|-------------|-----|---------|-------|----------|---------|----------|-------|------|----------|--------|
| Startnr.   | Name        | AK  | Gesamt  | Swim  | Wechsel1 | Bike    | Wechsel2 | Run   | Pace | Platz AK | Platz  |
| 558  | Leon Hoenen | M20 | 1:06:45 | 08:07 | 2:20     | 0:32:29 | 1:33     | 22:16 | 4:27 | 2/13     | 16/102 |

mehr unter:

<https://www.tjnet.de/Ergebnisse/2024/GTDalkeman2024.pdf>

| 5. Mai 2024: Powerman Alsdorf                          |                   |    |         |       |          |         |          |       |      |          |       |
|--|-------------------|----|---------|-------|----------|---------|----------|-------|------|----------|-------|
| NRW-Liga Frauen: Run - Bike - Run: 5 Km – 20 Km – 5 Km |                   |    |         |       |          |         |          |       |      |          |       |
| Startnr.   | Name              | AK | Gesamt  | Run 1 | Wechsel1 | Bike    | Wechsel2 | Run2  | Pace | Platz AK | Platz |
| 1155   | Franka Herbst     | W  | 1:17:31 | 20:11 | 0:57     | 0:34:03 | 0:58     | 21:21 | 4:16 |          | 20/47 |
| 1154   | Hanna Höffner     | W  | 1:25:52 | 23:03 | 1:24     | 0:35:04 | 1:24     | 24:57 | 4:59 |          | 39/47 |
| 1153   | Pauline Wieczorek | W  | 1:26:05 | 22:41 | 1:16     | 0:35:31 | 1:16     | 25:20 | 5:04 |          | 41/47 |

**13. Platz von 16 Teams (Team Viermärker Dortmund)**

mehr unter:

<https://runtix.com/sts/10050/2702/2/-/-/dmlcm0=>