



7. Lorsche Triathlon 2010

Lorsch / 01.08.2010

Detailauswertung

Ruhs, Mirko

Gesamt-Zeit: 1:04:28

Verein: Heppenheim

Startnummer: 170

Strecke: 25,50 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 18 (von 317)

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

Strecken-Platzierung/Männer: 16 (von 241)

Bestzeit der Strecke: 57:44

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 2(von 29)

männl. AK 4 (TM 35-39)

Bestzeit in der Kategorie: 1:03:37

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	km/h	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	km/h	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen	0,50	9:32	0,00	4	1:07	28	2:08	0,50	9:32	0,00	18		181	1:11
Rad	20,00	35:40	33,64	3	2:04	18	6:18	20,50	45:12	26,55	20		212	3:12
Lauf	5,00	19:16	15,57	2	8:00	10	12:32	25,50	1:04:28	23,27	2	0:51	17	6:44