



# 10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

## Detailauswertung

**Ruhs, Mirko**

**Gesamt-Zeit: 1:00:01**

Verein: Schwimmclub Heppenheim

Startnummer: 151

Strecke: 25,75 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 3 (von 322)

Lorsch Triathlon 0,5-20,0-5,0

Strecken-Platzierung/Männer: 3 (von 260)

Bestzeit der Strecke: 58:22

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 1(von 26)

männl. AK 4 (TM 35-39)

Bestzeit in der Kategorie: 1:00:01

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split		Split km/h	Rückst.		Rückst.		Gesamt		Gesamt		Rückst.		Rückst.	
	km	Zeit		Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	km/h	Kat.	Kat.	Männer	Männer	
Schwimmen	0,50	8:43	3,44	2	0:30	20	1:59	0,50	8:43	3,44	27				259
Wechsel Schwim	0,20	1:44	6,92	2	0:04	23	0:18	0,70	10:27	4,02	27				259
Schwimmen Ges	0,70	10:27	4,02	27			259	0,70	10:27	4,02	27				259
Rad	20,00	31:05	38,61	1	-	3	0:20	20,70	41:32	29,90	27				259
Wechsel Rad-Lau	0,05	0:45	4,00	3	0:05	37	0:42	20,75	42:17	29,44	27				256
Rad Gesamt	20,05	31:50	37,79	1	-	2	0:13	20,75	42:17	29,44	27				256
Lauf	5,00	17:44	16,92	1	-	5	2:12	25,75	1:00:01	25,74	1	-	3	1:39	