



10. Lorsche Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

Detailauswertung

Nissen, Jan

Gesamt-Zeit: 1:10:44

Startnummer: 270

Strecke: 25,75 km

Lorsche Triathlon 0,5-20,0-5,0

Strecken-Platzierung/Gesamt: 76 (von 322)

Strecken-Platzierung/Männer: 71 (von 260)

Bestzeit der Strecke: 58:22

Kategorie:

männl. AK 3 (TM 30-34)

Kategorie-Platzierung: 10(von 25)

Bestzeit in der Kategorie: 1:03:04

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split km/h	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt km/h	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	
Schwimmen	0,50	8:56	3,36	3	0:34	25	2:12	0,50	8:56	3,36	25		259		
Wechsel Schwim	0,20	2:16	5,29	10	0:36	90	0:50	0,70	11:12	3,75	25		6	0:21	
Schwimmen Ges	0,70	11:12	3,75	25		6	0:21	0,70	11:12	3,75	25		6	0:21	
Rad	20,00	36:59	32,45	13	5:01	138	6:14	20,70	48:11	25,78	25		259	6:18	
Wechsel Rad-Lau	0,05	0:52	3,46	10	0:22	72	0:49	20,75	49:03	25,38	25		256	6:19	
Rad Gesamt	20,05	37:51	31,78	13	5:06	129	6:14	20,75	49:03	25,38	25		256	6:19	
Lauf	5,00	21:41	13,84	9	3:46	74	6:09	25,75	1:10:44	21,84	11	7:40	73	12:22	