



10. Lorsche Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

Detailauswertung

Helferich, Gernot

Gesamt-Zeit: 1:08:40

Verein: www.baerenfelslauf.de

Startnummer: 381

Strecke: 25,75 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 55 (von 322)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 51 (von 260)

Bestzeit der Strecke: 58:22

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 13(von 53)

Senioren 1 (TM 40-44)

Bestzeit in der Kategorie: 1:00:40

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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	12:25	2,42	39	4:37	194	5:41	0,50	12:25	2,42	54	2:19	259	3:19
Wechsel Schwim	0,20	3:02	3,96	40	1:29	179	1:36	0,70	15:27	2,72	22	3:17	259	4:36
Schwimmen Ges	0,70	15:27	2,72	22	3:17	259	4:36	0,70	15:27	2,72	22	3:17	259	4:36
Rad	20,00	33:52	35,43	12	3:07	39	3:07	20,70	49:19	25,18	54	3:35	259	7:26
Wechsel Rad-Lau	0,05	0:51	3,53	17	0:25	66	0:48	20,75	50:10	24,82	54	3:37	17	7:26
Rad Gesamt	20,05	34:43	34,65	13	3:06	40	3:06	20,75	50:10	24,82	54	3:37	17	7:26
Lauf	5,00	18:30	16,22	3	2:09	9	2:58	25,75	1:08:40	22,50	13	8:00	52	10:18