



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

Detailauswertung

Ruthe, Heidi

Gesamt-Zeit: 1:33:42

Startnummer: 51

Strecke: 25,50 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 310 (von 340)

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

Strecken-Platzierung/Frauen: 72 (von 89)

Bestzeit der Strecke: 1:03:53

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 13(von 19)

Seniorinnen 1 (TW 40)

Bestzeit in der Kategorie: 1:08:23

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung							Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split km/h	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt km/h	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen				
Schwimmen nett	0,50	12:07	2,48	7	3:29	46	5:21	0,50	12:07	2,48	7	3:29	46	5:21				
Wechsel S -> R	-	2:55	-	10	0:48	53	1:25	0,50	15:02	2,00	7	4:17	44	6:46				
Schwimmen Ges	0,50	15:02	2,00	7	4:17	44	6:46	0,50	15:02	2,00	7	4:17	44	6:46				
Rad netto	20,00	44:32	26,95	13	9:44	73	16:13	20,50	59:34	20,65	12	14:01	65	15:31				
Wechsel R -> L	-	1:33	-	18	0:49	79	1:03	20,50	1:01:07	20,13	13	14:38	65	16:34				
Rad Gesamt	20,00	46:05	26,04	13	10:21	73	16:26	20,50	1:01:07	20,13	13	14:38	65	16:34				
Lauf	5,00	32:35	9,21	15	10:41	80	13:15	25,50	1:33:42	16,33	13	25:19	74	29:49				