



21. EWR Triathlon Lampertheim
Lampertheim / 26.06.2016

Detailauswertung

Palussek, Sebastian

Gesamt-Zeit: 1:05:47

Verein: Team Radsport Wagner
Startnummer: 64

Strecke: 25,75 km
Sprint Triathlon (750 m, 20 km, 5 km)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 79)
Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 60)
Bestzeit der Strecke: 58:58

Kategorie:
AK30 männlich (30-39 Jahre)

Kategorie-Platzierung: 2(von 16)
Bestzeit in der Kategorie: 1:03:30

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	
Schwimmen nett	0,75	14:49	19:45	9	3:45	27	3:54	0,75	14:49	19:45	9	3:45	16	3:54	
Wechsel S -> R	-	1:10	-	5	0:14	18	0:20	0,75	15:59	21:18	9	3:59	28	4:06	
Schwimmen Ges	0,75	15:59	21:18	9	3:59	28	4:06	0,75	15:59	21:18	9	3:59	28	4:06	
Rad netto	20,00	29:44	1:29	1	-	3	1:55	20,75	45:43	2:12	4	2:12	11	5:53	
Wechsel R -> L	-	0:55	-	2	0:01	4	0:12	20,75	46:38	2:14	4	2:12	8	5:58	
Rad Gesamt	20,00	30:39	1:31	1	-	3	2:00	20,75	46:38	2:14	4	2:12	8	5:58	
Lauf	5,00	19:09	3:49	3	0:14	4	0:51	25,75	1:05:47	2:33	2	2:17	5	6:49	