



21. EWR Triathlon Lampertheim
Lampertheim / 26.06.2016

Detailauswertung

Kowalik, Stanislaw

Gesamt-Zeit: 1:09:29

Verein: WTT

Startnummer: 42

Strecke: 25,75 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 79)

Sprint Triathlon (750 m, 20 km, 5 km)

Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 60)

Bestzeit der Strecke: 58:58

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 7(von 18)

AK40 männlich (40-49 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 1:03:58

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Schwimmen nett	0,75	12:05	16:06	2	1:09	5	1:10	0,75	12:05	16:06	2	1:09	5	1:10
Wechsel S -> R	-	1:09	-	7	0:09	16	0:19	0,75	13:14	17:38	2	1:17	5	1:21
Schwimmen Ges	0,75	13:14	17:38	2	1:17	5	1:21	0,75	13:14	17:38	2	1:17	5	1:21
Rad netto	20,00	34:01	1:42	10	3:16	23	6:12	20,75	47:15	2:16	8	4:09	14	7:25
Wechsel R -> L	-	1:11	-	8	0:12	20	0:28	20,75	48:26	2:20	8	4:21	14	7:46
Rad Gesamt	20,00	35:12	1:45	10	3:14	23	6:33	20,75	48:26	2:20	8	4:21	14	7:46
Lauf	5,00	21:03	4:12	4	1:10	9	2:45	25,75	1:09:29	2:41	7	5:31	14	10:31