



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

Detailauswertung

Hefft, Alexander

Gesamt-Zeit: 1:13:24

Verein: SV Nikar Heidelberg
Startnummer: 55

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

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 79)
Strecken-Platzierung/Männer: 23 (von 60)
Bestzeit der Strecke: 58:58

Kategorie:
AK40 männlich (40-49 Jahre)

Kategorie-Platzierung: 10(von 18)
Bestzeit in der Kategorie: 1:03:58

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	13:01	17:21	6	2:05	10	2:06	0,75	13:01	17:21	6	2:05	10	2:06	
Wechsel S -> R	-	1:28	-	14	0:28	34	0:38	0,75	14:29	19:18	7	2:32	13	2:36	
Schwimmen Ges	0,75	14:29	19:18	7	2:32	13	2:36	0,75	14:29	19:18	7	2:32	13	2:36	
Rad netto	20,00	33:37	1:40	9	2:52	21	5:48	20,75	48:06	2:19	9	5:00	17	8:16	
Wechsel R -> L	-	1:18	-	13	0:19	32	0:35	20,75	49:24	2:22	9	5:19	16	8:44	
Rad Gesamt	20,00	34:55	1:44	9	2:57	20	6:16	20,75	49:24	2:22	9	5:19	16	8:44	
Lauf	5,00	24:00	4:47	13	4:07	37	5:42	25,75	1:13:24	2:51	10	9:26	23	14:26	