



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

Detailauswertung

Ralf Alexander

Gesamt-Zeit: 1:25:34

Startnummer: 149

Strecke: 25,50 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 230 (von 343)

Lorsche Triathlon 0,5-20,5,0

Strecken-Platzierung/Männer: 189 (von 262)

Bestzeit der Strecke: 58:32

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 11(von 20)

Senioren 5 (TM 60)

Bestzeit in der Kategorie: 1:09:12

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Männer	Männer
Schwimmen nett	0,50	11:51	23:41	9	2:14	150	4:54	0,50	11:51	23:41	21	2:14	263	4:54
Wechsel S -> R	-	2:52	-	8	0:53	152	1:36	0,50	14:43	29:26	21	3:07	146	6:17
Schwimmen Ges	0,50	14:43	29:26	21	3:07	146	6:17	0,50	14:43	29:26	21	3:07	146	6:17
Rad netto	20,00	36:37	1:49	5	1:48	103	12:13	20,50	51:20	2:30	21	4:30	263	13:04
Wechsel R -> L	-	1:40	-	14	1:00	223	1:13	20,50	53:00	2:35	21	4:57	263	13:52
Rad Gesamt	20,00	38:17	1:54	5	2:22	115	13:08	20,50	53:00	2:35	21	4:57	263	13:52
Lauf Ziel	5,00	32:34	6:30	17	11:56	243	32:34	25,50	1:25:34	3:21	11	16:22	189	27:02