



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

Detailauswertung

Ralf Rohde

Gesamt-Zeit: 1:29:28

Verein: Kath. Kirchenmusikverein Lampertheim
Startnummer: 145

Strecke: 25,50 km
Lorsche Triathlon 0,5-20,5,0

Strecken-Platzierung/Gesamt: 274 (von 343)
Strecken-Platzierung/Männer: 220 (von 262)
Bestzeit der Strecke: 58:32

Kategorie:
Senioren 5 (TM 60)

Kategorie-Platzierung: 14(von 20)
Bestzeit in der Kategorie: 1:09:12

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	0,50	10:58	21:56	4	1:21	110	4:01	0,50	10:58	21:56	21	1:21	110	4:01	
Wechsel S -> R	-	3:48	-	15	1:49	228	2:32	0,50	14:46	29:32	21	3:10	263	6:20	
Schwimmen Ges	0,50	14:46	29:32	21	3:10	263	6:20	0,50	14:46	29:32	21	3:10	263	6:20	
Rad netto	20,00	39:57	1:59	12	5:08	182	15:33	20,50	54:43	2:40	21	7:53	263	16:27	
Wechsel R -> L	-	3:01	-	19	2:21	258	2:34	20,50	57:44	2:48	21	9:41	263	18:36	
Rad Gesamt	20,00	42:58	2:08	13	7:03	205	17:49	20,50	57:44	2:48	21	9:41	263	18:36	
Lauf Ziel	5,00	31:44	6:20	16	11:06	237	31:44	25,50	1:29:28	3:30	14	20:16	220	30:56	