



### 3. Sparkasse Charity Triathlon Bidingen Bidingen / 16.06.2013

#### evaluación detallada

Lilienthal, Rainer

Asociación: TV Windecken  
Dorsal: 133

recorrido: 25.55 km  
Jedermann-Triathlon (0,55-20,0-5,0)

categoría:  
Senioren 3 MK50

tiempo total: 1:12:43

velocidad: 20.63 km/h  
rendimiento en carrera: 2:51 min/km

posición en el recorrido/Total: 26 (de 119)  
posición en el recorrido/Men: 23 (de 87)  
mejor tiempo del recorrido: 1:02:44

posición en la categoría: 1(de 7)  
mejor tiempo en la categoría: 1:12:43

control	tiempos parciales							stage score							Total score	
	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	etapa retraso	etapa categoría	etapa posición Men	etapa retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	Total retraso	Total categoría	Total posición Men	Total retraso Men		
Schwimmen	0.55	14:11	25:47	2	0:01	30	4:15	0.55	14:11	25:47	1	-	88			
Zwischen Rad 1	-	11:24	-	1	-	28	1:35	0.55	25:35	-	1	-	88			
Zwischen Rad 2	-	6:25	-	1	-	24	0:43	0.55	32:00	-	1	-	87			
Zwischen Rad 1	-	9:00	-	1	-	23	1:05	0.55	41:00	-	1	-	87			
Zwischen Rad 2	-	6:28	-	1	-	27	0:52	0.55	47:28	-	1	-	87			
Rad	20.00	2:47	0:08	1	-	9	0:16	20.55	50:15	2:26	1	-	87			
Zwischen Lauf 1	-	10:54	-	1	-	24	1:55	20.55	1:01:09	-	1	-	87			
Zwischen Lauf 2	-	8:10	-	1	-	25	1:24	20.55	1:09:19	-	1	-	87			
Strafzeit	-	fehlt!	-	-	-	-	-	20.55	-	-	-	-	-			
Lauf	5.00	3:24	0:40	1	-	29	2:30	25.55	1:12:43	2:50	1	-	24 48:33			