



## 10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

### evaluación detallada

Laurenz, Alexander

Asociación: Running Holzwurm

Dorsal: 237

recorrido: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,0-5,0

categoría:

Senioren 2 (TM 45.49)

tiempo total: 1:15:26

posición en el recorrido/Total: 147 (de 322)

posición en el recorrido/Men: 133 (de 260)

mejor tiempo del recorrido: 58:22

posición en la categoría: 30(de 51)

mejor tiempo en la categoría: 1:01:48

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>km/hcategor | retraso<br>categoría | retraso<br>Men | retraso<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>km/hcategor | retraso<br>categoría | retraso<br>Men | retraso<br>Men |       |
|------------------|-------------|-----------------|-----------------------------|----------------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|----------------------|----------------------|----------------|----------------|-------|
| Schwimmen        | 0.50        | 10:59           | 2.73                        | 28                   | 3:15           | 136            | 0.50        | 10:59           | 2.73                 | 51                   | 2:13           | 259            | 1:53  |
| Wechsel Schwim   | 0.20        | 2:10            | 5.54                        | 16                   | 0:42           | 80             | 0.70        | 13:09           | 3.19                 | 51                   | 2:32           | 15             | 2:18  |
| Schwimmen Total  | 0.70        | 13:09           | 3.19                        | 51                   | 2:32           | 15             | 0.70        | 13:09           | 3.19                 | 51                   | 2:32           | 15             | 2:18  |
| Rad              | 20.00       | 37:38           | 31.89                       | 33                   | 6:36           | 156            | 20.70       | 50:47           | 24.46                | 51                   | 2:16           | 259            | 8:54  |
| Wechsel Rad-Lauf | 0.05        | 0:41            | 4.39                        | 6                    | 0:10           | 21             | 20.75       | 51:28           | 24.19                | 50                   | 2:05           | 256            | 8:44  |
| Rad Total        | 20.05       | 38:19           | 31.40                       | 31                   | 6:26           | 143            | 20.75       | 51:28           | 24.19                | 50                   | 2:05           | 256            | 8:44  |
| Lauf             | 5.00        | 23:58           | 12.52                       | 28                   | 4:53           | 147            | 25.75       | 1:15:26         | 20.48                | 31                   | 13:38          | 135            | 17:04 |