



11. Triathlon Lorsch

Lorsch / 10.08.2014

evaluación detallada

Ruhs, Mirko

tiempo total: 1:03:20

Dorsal: 256

recorrido: 25.50 km

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

posición en el recorrido/Total: 3 (de 313)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 231)

mejor tiempo del recorrido: 58:01

categoría:

posición en la categoría: 1(de 28)

männliche AK 4 (TM 35)

mejor tiempo en la categoría: 1:03:20

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió km/hcategor	retrasoposisió categorí	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total km/hcategor	retrasoposisió categorí	retraso Men	retraso Men
Schwimmen nett	0.50	8:40	3.46	2	0:30	17	0.50	8:40	3.46	18		232
Wechsel S->R	-	1:51	-	5	0:19	24	0.50	10:31	2.85	18		232
Schwimmen Total	0.50	10:31	2.85	18		232	0.50	10:31	2.85	18		232
ZZ Rad	5.75	6:50	50.49	1	-	4	6.25	17:21	21.61	18		232
ZZ Rad	4.25	9:29	26.89	1	-	3	10.50	26:50	23.48	27		227
ZZ Rad	4.25	9:34	26.66	2	0:04	8	14.75	36:24	24.31	27		227
Rad Ziel	5.75	7:30	46.00	2	0:05	7	20.50	43:54	28.02	18		232
Rad netto	20.00	33:23	35.95	3	15:14	9	20.50	43:54	28.02	18		232
Wechsel R->L	-	0:48	-	4	0:05	41	20.50	44:42	27.52	28		229
Rad Total	20.00	34:11	35.10	2	13:59	7	20.50	44:42	27.52	28		229
ZZ Lauf	2.50	9:02	16.61	2	0:11	5	23.00	53:44	25.68	27		228
Lauf Ziel	2.50	9:36	15.63	2	0:11	9	25.50	1:03:20	24.16	1	-	3 5:19
Lauf Total	5.00	18:38	16.10	2	0:22	6	25.50	1:03:20	24.16	1	-	3 5:19