



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

evaluación detallada

Embach, Ralf

tiempo total: 1:17:59

Asociación: RSC Ladenburg

Dorsal: 312

recorrido: 25.50 km

posición en el recorrido/Total: 151 (de 336)

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

posición en el recorrido/Men: 130 (de 240)

mejor tiempo del recorrido: 1:01:20

categoría:

posición en la categoría: 22(de 39)

Senioren 2 (TM 45)

mejor tiempo en la categoría: 1:03:26

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Schwimmen nett	0.50	9:06	18:11	8	1:32	30	1:48	0.50	9:06	18:11	40	1:32	30	1:48
Wechsel S -> R	-	2:37	-	21	1:07	131	1:21	0.50	11:43	23:26	40	2:39	241	2:39
Schwimmen Total	0.50	11:43	23:26	40	2:39	241	2:39	0.50	11:43	23:26	40	2:39	241	2:39
Rad netto	20.00	36:30	1:49	18	5:14	100	12:01	20.50	48:13	2:21	40	6:14	82	6:45
Wechsel R -> L	-	1:36	-	32	1:09	207	1:09	20.50	49:49	2:25	40	7:04	241	8:38
Rad Total	20.00	38:06	1:54	23	5:58	116	10:07	20.50	49:49	2:25	40	7:04	241	8:38
Lauf	5.00	28:10	5:38	30	9:18	198	10:32	25.50	1:17:59	3:03	22	14:33	130	16:39