



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

evaluación detallada

Kostrzewa, Michael

Asociación: LSV Ladenburg

Dorsal: 62

tiempo total: 1:07:35

recorrido: 25.75 km

Sprint Triathlon (750 m, 20 km, 5 km)

posición en el recorrido/Total: 9 (de 79)

posición en el recorrido/Men: 8 (de 60)

mejor tiempo del recorrido: 58:58

categoría:

AK30 männlich (30-39 Jahre)

posición en la categoría: 4(de 16)

mejor tiempo en la categoría: 1:03:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
Schwimmen nett	0.75	12:13	16:17	2	1:09	8	1:18	0.75	12:13	16:17	2	1:09	8	1:18
Wechsel S -> R	-	1:03	-	2	0:07	8	0:13	0.75	13:16	17:41	2	1:16	6	1:23
Schwimmen Total	0.75	13:16	17:41	2	1:16	6	1:23	0.75	13:16	17:41	2	1:16	6	1:23
Rad netto	20.00	31:42	1:35	4	1:58	11	3:53	20.75	44:58	2:10	2	1:27	6	5:08
Wechsel R -> L	-	0:54	-	1	-	3	0:11	20.75	45:52	2:12	2	1:26	5	5:12
Rad Total	20.00	32:36	1:37	4	1:57	11	3:57	20.75	45:52	2:12	2	1:26	5	5:12
Lauf	5.00	21:43	4:20	7	2:48	20	3:25	25.75	1:07:35	2:37	4	4:05	8	8:37