



# 21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

## evaluación detallada

Rüdenauer, Stefan

tiempo total: 1:08:33

Asociación: Weinheim

Dorsal: 20

recorrido: 25.75 km

posición en el recorrido/Total: 14 (de 79)

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

posición en el recorrido/Men: 12 (de 60)

mejor tiempo del recorrido: 58:58

categoría:

posición en la categoría: 5(de 16)

AK30 männlich (30-39 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 1:03:30

### 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 min/km	posición	retraso	posición	retraso
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Schwimmen nett	0.75	13:50	18:26	5	2:46	19	2:55	0.75	13:50	18:26	5	2:46	19	2:55
Wechsel S -> R	-	1:34	-	11	0:38	40	0:44	0.75	15:24	20:32	6	3:24	22	3:31
Schwimmen Total	0.75	15:24	20:32	6	3:24	22	3:31	0.75	15:24	20:32	6	3:24	22	3:31
Rad netto	20.00	33:11	1:39	9	3:27	19	5:22	20.75	48:35	2:20	8	5:04	20	8:45
Wechsel R -> L	-	1:03	-	7	0:09	13	0:20	20.75	49:38	2:23	6	5:12	17	8:58
Rad Total	20.00	34:14	1:42	7	3:35	17	5:35	20.75	49:38	2:23	6	5:12	17	8:58
Lauf	5.00	18:55	3:47	1	-	2	0:37	25.75	1:08:33	2:39	5	5:03	12	9:35