



18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

evaluación detallada

Ralf Alexander

tiempo total: 1:25:34

Dorsal: 149

recorrido: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

posición en el recorrido/Total: 230 (de 343)

posición en el recorrido/Men: 189 (de 262)

mejor tiempo del recorrido: 58:32

categoría:

Senioren 5 (TM 60)

posición en la categoría: 11(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 1:09:12

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	Men				posición categoría	Men	Men	Men
Schwimmen nett	0.50	11:51	23:41	9	2:14	150	4:54	0.50	11:51	23:41	21	2:14	263	4:54
Wechsel S -> R	-	2:52	-	8	0:53	152	1:36	0.50	14:43	29:26	21	3:07	146	6:17
Schwimmen Total	0.50	14:43	29:26	21	3:07	146	6:17	0.50	14:43	29:26	21	3:07	146	6:17
Rad netto	20.00	36:37	1:49	5	1:48	103	12:13	20.50	51:20	2:30	21	4:30	263	13:04
Wechsel R -> L	-	1:40	-	14	1:00	223	1:13	20.50	53:00	2:35	21	4:57	263	13:52
Rad Total	20.00	38:17	1:54	5	2:22	115	13:08	20.50	53:00	2:35	21	4:57	263	13:52
Lauf Ziel	5.00	32:34	6:30	17	11:56	243	32:34	25.50	1:25:34	3:21	11	16:22	189	27:02