



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

evaluación detallada

Akram El-Rikabi

tiempo total: 1:36:54

Dorsal: 288

recorrido: 25.50 km

posición en el recorrido/Total: 329 (de 354)

Lorsch Triathlon

posición en el recorrido/Men: 240 (de 254)

mejor tiempo del recorrido: 58:26

categoría:

posición en la categoría: 26(de 27)

Senioren 3 (TM 50)

mejor tiempo en la categoría: 1:05:05

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso categoría	stage score		Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	Total score			
					posición Men	retraso Men					posición Men	retraso Men		
Schwimmen nett	0.50	11:23	22:45	14	3:09	136	4:36	0.50	11:23	22:45	14	3:09	255	4:36
Wechsel S -> R	-	6:45	-	27	5:12	251	6:45	0.50	18:08	36:15	25	8:13	255	10:00
Schwimmen Total	0.50	18:08	36:15	25	8:13	255	10:00	0.50	18:08	36:15	25	8:13	255	10:00
Rad netto	20.00	50:04	2:30	27	19:05	251	24:19	20.50	1:08:12	3:19	28	24:00	255	29:15
Wechsel R -> L	-	1:31	-	22	0:56	189	0:59	20.50	1:09:43	3:24	28	24:43	255	29:54
Rad Total	20.00	51:35	2:34	27	19:34	252	24:52	20.50	1:09:43	3:24	28	24:43	255	29:54
Lauf Ziel	5.00	27:11	5:26	20	8:31	195	10:24	25.50	1:36:54	3:48	26	31:49	240	38:28