



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

evaluación detallada

Nils El-Rikabi

tiempo total: 1:11:32

Dorsal: 284

recorrido: 25.50 km

posición en el recorrido/Total: 64 (de 354)

Lorsch Triathlon

posición en el recorrido/Men: 56 (de 254)

mejor tiempo del recorrido: 58:26

categoría:

posición en la categoría: 2(de 10)

männliche AK 1 (TM 20)

mejor tiempo en la categoría: 1:04:08

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score								
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso
Schwimmen nett	0.50	9:15	18:30	3	0:50	34	2:28	0.50	9:15	18:30	11	0:50	255	2:28	
Wechsel S -> R	-	4:13	-	8	2:40	223	4:13	0.50	13:28	26:56	11	3:30	255	5:20	
Schwimmen Total	0.50	13:28	26:56	11	3:30	255	5:20	0.50	13:28	26:56	11	3:30	255	5:20	
Rad netto	20.00	36:35	1:49	3	2:38	79	10:50	20.50	50:03	2:26	11	6:08	85	11:06	
Wechsel R -> L	-	0:37	-	1	-	9	0:05	20.50	50:40	2:28	11	6:08	255	10:51	
Rad Total	20.00	37:12	1:51	3	2:38	62	10:29	20.50	50:40	2:28	11	6:08	255	10:51	
Lauf Ziel	5.00	20:52	4:10	2	1:16	44	4:05	25.50	1:11:32	2:48	2	7:24	56	13:06	