



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

Exploitation détaillée

Ramge, Stephan

Temps total: 1:18:33

Association: Seeheim-Jugenheim

Dossard: 169

Circuit: 25.75 km

Place par parcours/Total: 155 (de 307)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

Place par parcours/Hommes: 138 (de 251)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:08

Catégorie:

Place par catégorie: 31(de 52)

Senioren 1 (TM 40-44)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:36

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.Homme																							
Schwimmen	0.50	12:25	24:49	35	4:20	170	5:10	0.50	12:25	24:49	52	251	3:40															
Schwimmen Total	0.50	12:25																										
Wechsel Schw.-R	0.25	2:26	9:43	15	0:44	86	1:01	0.75	14:51	19:48	50	245	4:11															
Rad	20.00	37:00	1:51	19	4:53	90	6:43	20.75	51:51	2:29	51	7:34	250	8:47														
Rad Total	20.25	39:26																										
Laufrunde 2,5 km	2.50	13:29	5:23	43	3:29	181	4:28	23.25	1:05:20	2:48	51	10:31	248	12:00														
Lauf	2.50	13:13	5:17	39	3:26	165	4:16	25.75	1:18:33	3:03	31	14:57	139	16:25														
Lauf Total	25.25	1:18:33																										