



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

Exploitation détaillée

Rohde, Ralf

Temps total: 1:24:33

Association: Kath. Kirchenmusikverein Lampertheim

Dossard: 112

Circuit: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,0-5,0

Place par parcours/Total: 244 (de 322)

Place par parcours/Hommes: 209 (de 260)

Meilleur temps dans le parcours: 58:22

Catégorie:

Senioren 3 (TM 50-54)

Place par catégorie: 26(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:04:52

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard		
	km	Temps	km/h	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	km/h	catg.	catg.	Hommes	Hommes				catg.	catg.	Hommes	Hommes	
Schwimmen	0.50	10:46	2.79	12	2:11	120	4:02	0.50	10:46	2.79	33		259	1:40								
Wechsel Schwim	0.20	3:25	3.51	28	1:51	212	1:59	0.70	14:11	2.96	33		259	3:20								
Schwimmen Total	0.70	14:11	2.96	33		259	3:20	0.70	14:11	2.96	33		259	3:20								
Rad	20.00	39:45	30.19	25	6:24	202	9:00	20.70	53:56	23.03	33	2:06	259	12:03								
Wechsel Rad-Lauf	0.05	1:15	2.40	19	0:35	177	1:12	20.75	55:11	22.56	33	2:21	256	12:27								
Rad Total	20.05	41:00	29.34	25	6:50	199	9:23	20.75	55:11	22.56	33	2:21	256	12:27								
Lauf	5.00	29:22	10.22	27	9:55	227	13:50	25.75	1:24:33	18.27	26	19:41	211	26:11								