



# 10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

## Exploitation détaillée

**Kissel, Ralf**

**Temps total: 1:17:24**

Association: Heppenheimer Skiclub

Dossard: 165

Circuit: 25.75 km

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

Place par parcours/Total: 178 (de 322)

Place par parcours/Hommes: 159 (de 260)

Meilleur temps dans le parcours: 58:22

Catégorie:

männl. AK 4 (TM 35-39)

Place par catégorie: 21(de 26)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:00:01

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste            | Temps intermédiaires |             |            | Résultats d'étape |              |            |             | Résultat total |             |            |             |              |            |             |
|------------------|----------------------|-------------|------------|-------------------|--------------|------------|-------------|----------------|-------------|------------|-------------|--------------|------------|-------------|
|                  | Etape km             | Etape Temps | Etape km/h | Place catg.       | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm | Total km       | Total Temps | Total km/h | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm |
| Schwimmen        | 0.50                 | 9:44        | 3.08       | 8                 | 1:31         | 61         | 3:00        | 0.50           | 9:44        | 3.08       | 27          | 0:34         | 259        | 0:38        |
| Wechsel Schwim   | 0.20                 | 3:42        | 3.24       | 25                | 2:02         | 228        | 2:16        | 0.70           | 13:26       | 3.13       | 27          | 2:19         | 259        | 2:35        |
| Schwimmen Total  | 0.70                 | 13:26       | 3.13       | 27                | 2:19         | 259        | 2:35        | 0.70           | 13:26       | 3.13       | 27          | 2:19         | 259        | 2:35        |
| Rad              | 20.00                | 38:27       | 31.21      | 22                | 7:22         | 177        | 7:42        | 20.70          | 51:53       | 23.94      | 27          | 8:35         | 259        | 10:00       |
| Wechsel Rad-Lauf | 0.05                 | 1:46        | 1.70       | 25                | 1:06         | 231        | 1:43        | 20.75          | 53:39       | 23.21      | 27          | 9:30         | 256        | 10:55       |
| Rad Total        | 20.05                | 40:13       | 29.91      | 23                | 8:23         | 184        | 8:36        | 20.75          | 53:39       | 23.21      | 27          | 9:30         | 256        | 10:55       |
| Lauf             | 5.00                 | 23:45       | 12.63      | 21                | 6:01         | 142        | 8:13        | 25.75          | 1:17:24     | 19.96      | 21          | 17:23        | 161        | 19:02       |