



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

Exploitation détaillée

Nissen, Jan

Temps total: 1:10:44

Dossard: 270

Circuit: 25.75 km

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

Place par parcours/Total: 76 (de 322)

Place par parcours/Hommes: 71 (de 260)

Meilleur temps dans le parcours: 58:22

Catégorie:

männl. AK 3 (TM 30-34)

Place par catégorie: 10(de 25)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:04

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	8:56	3.36	3	0:34	25	2:12	0.50	8:56	3.36	25		259	
Wechsel Schwim	0.20	2:16	5.29	10	0:36	90	0:50	0.70	11:12	3.75	25		6	0:21
Schwimmen Total	0.70	11:12	3.75	25		6	0:21	0.70	11:12	3.75	25		6	0:21
Rad	20.00	36:59	32.45	13	5:01	138	6:14	20.70	48:11	25.78	25		259	6:18
Wechsel Rad-Lauf	0.05	0:52	3.46	10	0:22	72	0:49	20.75	49:03	25.38	25		256	6:19
Rad Total	20.05	37:51	31.78	13	5:06	129	6:14	20.75	49:03	25.38	25		256	6:19
Lauf	5.00	21:41	13.84	9	3:46	74	6:09	25.75	1:10:44	21.84	11	7:40	73	12:22