



# 10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

## Exploitation détaillée

Steingens, Uwe

Temps total: 1:13:02

Dossard: 23

Circuit: 25.75 km

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

Place par parcours/Total: 106 (de 322)

Place par parcours/Hommes: 99 (de 260)

Meilleur temps dans le parcours: 58:22

Catégorie:

Senioren 2 (TM 45.49)

Place par catégorie: 19(de 51)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:01:48

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape km/h	Place catg.	Retard catg.	Etape		Total km	Total Temps	Total km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
	km	Temps				Place	Retard							
Schwimmen	0.50	11:19	2.65	32	3:35	150	4:35	0.50	11:19	2.65	51	2:33	23	2:13
Wechsel Schwim	0.20	3:02	3.96	35	1:34	179	1:36	0.70	14:21	2.93	51	3:44	23	3:30
Schwimmen Total	0.70	14:21	2.93	51	3:44	23	3:30	0.70	14:21	2.93	51	3:44	23	3:30
Rad	20.00	34:35	34.70	14	3:33	61	3:50	20.70	48:56	25.38	51	0:25	23	7:03
Wechsel Rad-Lauf	0.05	1:32	1.96	39	1:01	211	1:29	20.75	50:28	24.67	50	1:05	23	7:44
Rad Total	20.05	36:07	33.31	18	4:14	76	4:30	20.75	50:28	24.67	50	1:05	23	7:44
Lauf	5.00	22:34	13.29	20	3:29	102	7:02	25.75	1:13:02	21.15	20	11:14	101	14:40