



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

Exploitation détaillée

Helferich, Gernot

Temps total: 1:08:40

Association: www.baerenfelslauf.de

Dossard: 381

Circuit: 25.75 km

Place par parcours/Total: 55 (de 322)

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

Place par parcours/Hommes: 51 (de 260)

Meilleur temps dans le parcours: 58:22

Catégorie:

Place par catégorie: 13(de 53)

Senioren 1 (TM 40-44)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:00:40

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							
Schwimmen	0.50	12:25	2.42	39	4:37	194	5:41	0.50	12:25	2.42	54	2:19	259	3:19							
Wechsel Schwim	0.20	3:02	3.96	40	1:29	179	1:36	0.70	15:27	2.72	22	3:17	259	4:36							
Schwimmen Total	0.70	15:27	2.72	22	3:17	259	4:36	0.70	15:27	2.72	22	3:17	259	4:36							
Rad	20.00	33:52	35.43	12	3:07	39	3:07	20.70	49:19	25.18	54	3:35	259	7:26							
Wechsel Rad-Lauf	0.05	0:51	3.53	17	0:25	66	0:48	20.75	50:10	24.82	54	3:37	17	7:26							
Rad Total	20.05	34:43	34.65	13	3:06	40	3:06	20.75	50:10	24.82	54	3:37	17	7:26							
Lauf	5.00	18:30	16.22	3	2:09	9	2:58	25.75	1:08:40	22.50	13	8:00	52	10:18							