



# 10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

## Exploitation détaillée

Horst, Ralf

Temps total: 1:24:35

Dossard: 399

Circuit: 25.75 km

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

Place par parcours/Total: 246 (de 322)

Place par parcours/Hommes: 211 (de 260)

Meilleur temps dans le parcours: 58:22

Catégorie:

Senioren 4 (TM 55-59)

Place par catégorie: 15(de 20)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:07:00

### 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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Schwimmen	0.50	12:54	2.33	14	4:54	212	6:10	0.50	12:54	2.33	21	0:24	259	3:48
Wechsel Schwim	0.20	2:32	4.74	9	0:49	119	1:06	0.70	15:26	2.72	21		259	4:35
Schwimmen Total	0.70	15:26	2.72	21		259	4:35	0.70	15:26	2.72	21		259	4:35
Rad	20.00	38:26	31.22	7	4:25	176	7:41	20.70	53:52	23.06	21		259	11:59
Wechsel Rad-Lauf	0.05	1:33	1.94	14	0:49	212	1:30	20.75	55:25	22.47	20		256	12:41
Rad Total	20.05	39:59	30.09	10	5:00	180	8:22	20.75	55:25	22.47	20		256	12:41
Lauf	5.00	29:10	10.29	16	9:22	225	13:38	25.75	1:24:35	18.27	15	17:35	213	26:13