10. Lorscher Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

Exploitation détaillée

Silvanus, Michael

Association: Tria-Dance-Team Mainz
Dossard: 120

Temps total: 1:14:00

Circuit: 25.75 km
Lorscher Triathlon 0,5-20,0-5,0

Place par parcours/Total: 124 (de 322)
Place par parcours/Hommes: 115 (de 260)
Meilleur temps dans le parcours: 58:22

Catégorie:
Senioren 1 (TM 40-44)

Place par catégorie: 30(de 53)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:00:40

Temps intermédiaires

Poste	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	9:10	3.27	9	1:22	32	2:26	0.50	9:10	3.27	54		259	0:04
Wechsel Schwim	0.20	2:07	5.67	17	0:34	72	0:41	0.70	11:17	3.72	13		259	0:26
Schwimmen Tota	0.70	11:17	3.72	13		259	0:26	0.70	11:17	3.72	13		259	0:26
Rad	20.00	36:57	32.48	34	6:12	137	6:12	20.70	48:14	25.75	54	2:30	259	6:21
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:46	3.91	10	0:20	43	0:43	20.75	49:00	25.41	54	2:27	256	6:16
Rad Total	20.05	37:43	31.90	30	6:06	124	6:06	20.75	49:00	25.41	54	2:27	256	6:16
Lauf	5.00	25:00	12.00	41	8:39	172	9:28	25.75	1:14:00	20.88	30	13:20	117	15:38