



11. Triathlon Lorsch

Lorsch / 10.08.2014

Exploitation détaillée

Rohde, Ralf

Temps total: 1:28:51

Association: Kath. Kirchenmusikverein Lampertheim

Dossard: 162

Circuit: 25.50 km

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

Place par parcours/Total: 223 (de 313)

Place par parcours/Hommes: 181 (de 231)

Meilleur temps dans le parcours: 58:01

Catégorie:

Place par catégorie: 26(de 33)

Senioren 3 (TM 50)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:04:59

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	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 nett	0.50	10:23	2.89	9	2:26	77	3:20	0.50	10:23	2.89	34		32	0:45
Wechsel S->R	-	3:33	-	25	2:05	176	2:25	0.50	13:56	2.15	34	0:22	232	2:04
Schwimmen Total	0.50	13:56	2.15	34	0:22	232	2:04	0.50	13:56	2.15	34	0:22	232	2:04
ZZ Rad	5.75	8:33	40.35	26	1:33	163	2:07	6.25	22:29	16.68	34		232	3:15
ZZ Rad	4.25	12:29	20.43	28	2:57	186	3:14	10.50	34:58	18.02	33		227	5:39
ZZ Rad	4.25	12:27	20.48	27	3:05	184	3:08	14.75	47:25	18.66	33		227	8:05
Rad Ziel	5.75	10:00	34.50	29	2:36	193	5:23	20.50	57:25	21.42	34	0:15	232	10:17
Rad Net	20.00	43:29	27.60	27	24:48	185	25:20	20.50	57:25	21.42	34	0:15	232	10:17
Wechsel R->L	-	1:19	-	18	0:45	162	0:50	20.50	58:44	20.94	33		229	10:40
Rad Total	20.00	44:48	26.79	27	10:41	187	24:36	20.50	58:44	20.94	33		229	10:40
ZZ Lauf	2.50	15:00	10.00	30	5:06	206	7:01	23.00	1:13:44	18.72	33		228	16:49
Lauf Ziel	2.50	15:07	9.92	28	4:52	194	6:34	25.50	1:28:51	17.22	26	23:52	181	30:50
Lauf Total	5.00	30:07	9.96	30	9:42	201	13:28	25.50	1:28:51	17.22	26	23:52	181	30:50