



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

Exploitation détaillée

Lijding, Frank

Temps total: 1:13:21

Dossard: 28

Circuit: 25.50 km

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

Place par parcours/Total: 100 (de 336)

Place par parcours/Hommes: 91 (de 240)

Meilleur temps dans le parcours: 1:01:20

Catégorie:

Senioren 2 (TM 45)

Place par catégorie: 17(de 39)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:26

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Schwimmen nett	0.50	10:53	21:45	20	3:19	114	3:35	0.50	10:53	21:45	40	3:19	241	3:35
Wechsel S -> R	-	1:40	-	2	0:10	12	0:24	0.50	12:33	25:06	40	3:29	82	3:29
Schwimmen Total	0.50	12:33	25:06	40	3:29	82	3:29	0.50	12:33	25:06	40	3:29	82	3:29
Rad netto	20.00	37:50	1:53	27	6:34	137	13:21	20.50	50:23	2:27	20	8:24	241	8:55
Wechsel R -> L	-	1:09	-	24	0:42	145	0:42	20.50	51:32	2:30	40	8:47	241	10:21
Rad Total	20.00	38:59	1:56	27	6:51	136	11:00	20.50	51:32	2:30	40	8:47	241	10:21
Lauf	5.00	21:49	4:21	14	2:57	59	4:11	25.50	1:13:21	2:52	17	9:55	91	12:01