



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

Exploitation détaillée

Spring, Ralf

Temps total: 1:09:17

Association: Waldläufer Hochstadt

Dossard: 275

Circuit: 25.50 km

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

Place par parcours/Total: 50 (de 336)

Place par parcours/Hommes: 48 (de 240)

Meilleur temps dans le parcours: 1:01:20

Catégorie:

Place par catégorie: 8(de 42)

Senioren 3 (TM 50)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:43

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	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	8:43	17:26	2	0:34	14	1:25	0.50	8:43	17:26	43	0:34	15	1:25
Wechsel S -> R	-	2:26	-	21	0:53	110	1:10	0.50	11:09	22:18	43	1:27	241	2:05
Schwimmen Total	0.50	11:09	22:18	43	1:27	241	2:05	0.50	11:09	22:18	43	1:27	241	2:05
Rad netto	20.00	33:44	1:41	3	0:44	29	9:15	20.50	44:53	2:11	43	2:11	241	3:25
Wechsel R -> L	-	1:15	-	31	0:40	165	0:48	20.50	46:08	2:15	43	2:35	241	4:57
Rad Total	20.00	34:59	1:44	7	1:08	43	7:00	20.50	46:08	2:15	43	2:35	241	4:57
Lauf	5.00	23:09	4:37	16	3:45	94	5:31	25.50	1:09:17	2:43	8	5:34	48	7:57