



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

Exploitation détaillée

Embach, Ralf

Temps total: 1:17:59

Association: RSC Ladenburg

Dossard: 312

Circuit: 25.50 km

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

Place par parcours/Total: 151 (de 336)

Place par parcours/Hommes: 130 (de 240)

Meilleur temps dans le parcours: 1:01:20

Catégorie:

Place par catégorie: 22(de 39)

Senioren 2 (TM 45)

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	9:06	18:11	8	1:32	30	1:48	0.50	9:06	18:11	40	1:32	30	1:48
Wechsel S -> R	-	2:37	-	21	1:07	131	1:21	0.50	11:43	23:26	40	2:39	241	2:39
Schwimmen Total	0.50	11:43	23:26	40	2:39	241	2:39	0.50	11:43	23:26	40	2:39	241	2:39
Rad netto	20.00	36:30	1:49	18	5:14	100	12:01	20.50	48:13	2:21	40	6:14	82	6:45
Wechsel R -> L	-	1:36	-	32	1:09	207	1:09	20.50	49:49	2:25	40	7:04	241	8:38
Rad Total	20.00	38:06	1:54	23	5:58	116	10:07	20.50	49:49	2:25	40	7:04	241	8:38
Lauf	5.00	28:10	5:38	30	9:18	198	10:32	25.50	1:17:59	3:03	22	14:33	130	16:39