



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

Exploitation détaillée

Palussek, Sebastian

Temps total: 1:05:47

Association: Team Radsport Wagner
Dossard: 64

Circuit: 25.75 km
Sprint Triathlon (750 m, 20 km, 5 km)

Place par parcours/Total: 5 (de 79)
Place par parcours/Hommes: 5 (de 60)
Meilleur temps dans le parcours: 58:58

Catégorie:
AK30 männlich (30-39 Jahre)

Place par catégorie: 2(de 16)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:30

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes		
Schwimmen nett	0.75	14:49	19:45	9	3:45	27	3:54	0.75	14:49	19:45	9	3:45	16	3:54	0.75	14:49	19:45	9	3:45	16	3:54	9	3:45	16	3:54			
Wechsel S -> R	-	1:10	-	5	0:14	18	0:20	0.75	15:59	21:18	9	3:59	28	4:06	0.75	15:59	21:18	9	3:59	28	4:06	9	3:59	28	4:06			
Schwimmen Total	0.75	15:59	21:18	9	3:59	28	4:06	0.75	15:59	21:18	9	3:59	28	4:06	0.75	15:59	21:18	9	3:59	28	4:06	9	3:59	28	4:06			
Rad netto	20.00	29:44	1:29	1	-	3	1:55	20.75	45:43	2:12	4	2:12	11	5:53	20.75	45:43	2:12	4	2:12	11	5:53	4	2:12	11	5:53			
Wechsel R -> L	-	0:55	-	2	0:01	4	0:12	20.75	46:38	2:14	4	2:12	8	5:58	20.75	46:38	2:14	4	2:12	8	5:58	4	2:12	8	5:58			
Rad Total	20.00	30:39	1:31	1	-	3	2:00	20.75	46:38	2:14	4	2:12	8	5:58	20.75	46:38	2:14	4	2:12	8	5:58	4	2:12	8	5:58			
Lauf	5.00	19:09	3:49	3	0:14	4	0:51	25.75	1:05:47	2:33	2	2:17	5	6:49	25.75	1:05:47	2:33	2	2:17	5	6:49	2	2:17	5	6:49			