



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

Exploitation détaillée

Hefft, Alexander

Temps total: 1:13:24

Association: SV Nikar Heidelberg

Dossard: 55

Circuit: 25.75 km

Place par parcours/Total: 26 (de 79)

Sprint Triathlon (750 m, 20 km, 5 km)

Place par parcours/Hommes: 23 (de 60)

Meilleur temps dans le parcours: 58:58

Catégorie:

Place par catégorie: 10(de 18)

AK40 männlich (40-49 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:03:58

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Schwimmen nett	0.75	13:01	17:21	6	2:05	10	2:06	0.75	13:01	17:21	6	2:05	10	2:06
Wechsel S -> R	-	1:28	-	14	0:28	34	0:38	0.75	14:29	19:18	7	2:32	13	2:36
Schwimmen Total	0.75	14:29	19:18	7	2:32	13	2:36	0.75	14:29	19:18	7	2:32	13	2:36
Rad netto	20.00	33:37	1:40	9	2:52	21	5:48	20.75	48:06	2:19	9	5:00	17	8:16
Wechsel R -> L	-	1:18	-	13	0:19	32	0:35	20.75	49:24	2:22	9	5:19	16	8:44
Rad Total	20.00	34:55	1:44	9	2:57	20	6:16	20.75	49:24	2:22	9	5:19	16	8:44
Lauf	5.00	24:00	4:47	13	4:07	37	5:42	25.75	1:13:24	2:51	10	9:26	23	14:26