



21. EWR Triathlon Lampertheim
Lampertheim / 26.06.2016

Exploitation détaillée

Krause, Mandy

Temps total: 1:16:43

Association: Post SV Lehrte
Dossard: 221

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

Place par parcours/Total: 34 (de 79)
Place par parcours/Femmes: 4 (de 19)
Meilleur temps dans le parcours: 1:05:52

Catégorie:
AK20 weiblich (20-29 Jahre)

Place par catégorie: 4(de 6)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:05:52

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	
Schwimmen nett	0.75	15:49	21:05	5	5:35	12	5:35	0.75	15:49	21:05	5	5:35	12	5:35	
Wechsel S -> R	-	1:11	-	3	0:16	3	0:16	0.75	17:00	22:40	5	5:51	9	5:51	
Schwimmen Total	0.75	17:00	22:40	5	5:51	9	5:51	0.75	17:00	22:40	5	5:51	9	5:51	
Rad netto	20.00	36:40	1:49	5	4:37	6	4:37	20.75	53:40	2:35	5	10:28	8	10:28	
Wechsel R -> L	-	1:11	-	4	0:14	6	0:14	20.75	54:51	2:38	5	10:42	8	10:42	
Rad Total	20.00	37:51	1:53	5	4:51	6	4:51	20.75	54:51	2:38	5	10:42	8	10:42	
Lauf	5.00	21:52	4:22	4	1:42	4	1:42	25.75	1:16:43	2:58	4	10:51	4	10:51	