



21. EWR Triathlon Lampertheim
Lampertheim / 26.06.2016

Exploitation détaillée

Rocker, Frank

Temps total: 1:19:00

Association: Frankfurt

Dossard: 63

Circuit: 25.75 km

Place par parcours/Total: 43 (de 79)

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

Place par parcours/Hommes: 36 (de 60)

Meilleur temps dans le parcours: 58:58

Catégorie:

Place par catégorie: 14(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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Schwimmen nett	0.75	16:20	21:46	13	5:24	40	5:25	0.75	16:20	21:46	13	5:24	40	5:25
Wechsel S -> R	-	2:46	-	18	1:46	56	1:56	0.75	19:06	25:28	16	7:09	45	7:13
Schwimmen Total	0.75	19:06	25:28	16	7:09	45	7:13	0.75	19:06	25:28	16	7:09	45	7:13
Rad netto	20.00	34:17	1:42	12	3:32	28	6:28	20.75	53:23	2:34	14	10:17	40	13:33
Wechsel R -> L	-	1:58	-	17	0:59	54	1:15	20.75	55:21	2:40	14	11:16	41	14:41
Rad Total	20.00	36:15	1:48	12	4:17	35	7:36	20.75	55:21	2:40	14	11:16	41	14:41
Lauf	5.00	23:39	4:43	12	3:46	34	5:21	25.75	1:19:00	3:04	14	15:02	36	20:02