



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

Exploitation détaillée

Ralf Alexander

Temps total: 1:31:32

Dossard: 230

Circuit: 25.50 km

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

Place par parcours/Total: 237 (de 279)

Place par parcours/Hommes: 186 (de 210)

Meilleur temps dans le parcours: 59:54

Catégorie:

Senioren 5 (TM 60)

Place par catégorie: 9(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:11:52

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps			Place				Retard						
	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	11:24	22:48	5	1:39	105	3:36	0.50	11:24	22:48	5	1:39	211	3:36
Wechsel S -> R	-	3:08	-	5	1:12	130	1:47	0.50	14:32	29:03	13	2:14	114	4:45
Schwimmen Total	0.50	14:32	29:03	13	2:14	114	4:45	0.50	14:32	29:03	13	2:14	114	4:45
Rad netto	20.00	38:26	1:55	8	14:13	117	14:13	20.50	52:58	2:35	6	11:46	211	11:49
Wechsel R -> L	-	2:22	-	11	1:47	206	1:56	20.50	55:20	2:41	7	12:44	211	13:25
Rad Total	20.00	40:48	2:02	8	15:11	140	15:11	20.50	55:20	2:41	7	12:44	211	13:25
Lauf Ziel	5.00	36:12	7:14	11	12:52	204	18:13	25.50	1:31:32	3:35	9	19:40	186	31:38