



# 18 Lorscher Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

## Exploitation détaillée

**Alf Vittinghoff**

**Temps total: 1:18:59**

Association: DJK SSG Bensheim

Dossard: 330

Circuit: 25.50 km

Lorscher Triathlon 0,5-20,5,0

Place par parcours/Total: 159 (de 343)

Place par parcours/Hommes: 139 (de 262)

Meilleur temps dans le parcours: 58:32

Catégorie:

Place par catégorie: 12(de 31)

Senioren 4 (TM 55)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:07:05

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				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	0.50	9:54	19:48	6	0:53	57	2:57	0.50	9:54	19:48	32	0:53	59	2:57
Wechsel S -> R	-	2:51	-	18	1:10	150	1:35	0.50	12:45	25:30	32	1:43	70	4:19
Schwimmen Total	0.50	12:45	25:30	32	1:43	70	4:19	0.50	12:45	25:30	32	1:43	70	4:19
Rad netto	20.00	39:41	1:59	21	6:39	180	15:17	20.50	52:26	2:33	32	7:17	138	14:10
Wechsel R -> L	-	1:48	-	24	1:10	232	1:21	20.50	54:14	2:38	32	8:11	145	15:06
Rad Total	20.00	41:29	2:04	21	7:31	183	16:20	20.50	54:14	2:38	32	8:11	145	15:06
Lauf Ziel	5.00	24:45	4:57	13	24:45	133	24:45	25.50	1:18:59	3:05	12	11:54	139	20:27