



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

Exploitation détaillée

Ralf Alexander

Temps total: 1:27:43

Dossard: 286

Circuit: 25.50 km
Lorsch Triathlon

Place par parcours/Total: 276 (de 354)
Place par parcours/Hommes: 212 (de 254)
Meilleur temps dans le parcours: 58:26

Catégorie:
Senioren 5 (TM 60)

Place par catégorie: 10(de 13)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:06:30

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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Schwimmen nett	0.50	11:20	22:40	8	2:27	134	4:33	0.50	11:20	22:40	14	2:27	255	4:33
Wechsel S -> R	-	3:08	-	7	1:17	159	3:08	0.50	14:28	28:56	14	3:44	255	6:20
Schwimmen Total	0.50	14:28	28:56	14	3:44	255	6:20	0.50	14:28	28:56	14	3:44	255	6:20
Rad netto	20.00	38:10	1:54	5	3:47	133	12:25	20.50	52:38	2:34	14	7:31	255	13:41
Wechsel R -> L	-	2:17	-	11	1:36	247	1:45	20.50	54:55	2:40	14	8:31	255	15:06
Rad Total	20.00	40:27	2:01	6	4:47	163	13:44	20.50	54:55	2:40	14	8:31	255	15:06
Lauf Ziel	5.00	32:48	6:33	12	12:42	243	16:01	25.50	1:27:43	3:26	10	21:13	212	29:17