



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

0000

Jeskowiak, Hartmut

000: 1:01:48

00: Hinkebein

00: 246

00: 25.75 km

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

0000:

Senioren 2 (TM 45.49)

00000/000: 9 (of 322)

00000/0: 8 (of 260)

000000: 58:22

00000: 1(of 51)

0000000: 1:01:48

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 km/h	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 km/h	00 -	00 -	00 0	00 0
Schwimmen	0.50	8:21	3.59	2	0:37	11	1:37	0.50	8:21	3.59	11		259	
Wechsel Schwim	0.20	1:37	7.42	3	0:09	10	0:11	0.70	9:58	4.21	11		259	
Schwimmen 000	0.70	9:58	4.21	11		259		0.70	9:58	4.21	11		259	
Rad	20.00	31:42	37.85	3	0:40	8	0:57	20.70	41:40	29.81	11		259	
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:44	4.09	10	0:13	32	0:41	20.75	42:24	29.36	11		256	
Rad 000	20.05	32:26	37.09	2	0:33	7	0:49	20.75	42:24	29.36	11		256	
Lauf	5.00	19:24	15.46	3	0:19	17	3:52	25.75	1:01:48	25.00	1	-	8	3:26