



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

0000

Keinert, Anna-Maria

000: 1:14:01

00: 268

00: 25.75 km

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

0000:

weibl. AK 3 (TW 30-34)

00000/000: 125 (of 322)

00000/0: 10 (of 62)

000000: 1:01:23

00000: 2(of 8)

0000000: 1:11:41

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	km/h	-	-	0	0	km	00	km/h	-	-	0	0
Schwimmen	0.50	11:15	2.67	5	2:27	23	4:41	0.50	11:15	2.67	9		62	1:39
Wechsel Schwim	0.20	2:31	4.77	7	0:36	27	1:04	0.70	13:46	3.05	9		62	2:03
Schwimmen 000	0.70	13:46	3.05	9		62	2:03	0.70	13:46	3.05	9		62	2:03
Rad	20.00	37:03	32.39	2	0:41	10	4:45	20.70	50:49	24.44	9		62	0:24
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:07	2.69	8	0:16	32	0:34	20.75	51:56	23.97	9		62	0:25
Rad 000	20.05	38:10	31.52	4	0:47	12	5:19	20.75	51:56	23.97	9		62	0:25
Lauf	5.00	22:05	13.58	2	0:18	8	2:24	25.75	1:14:01	20.87	2	2:20	10	12:38