



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

0000

Neidhardt, Rudi

000: 1:18:25

00: QNET INT.

00: 277

00: 25.75 km

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

0000:

Senioren 6 (TM 65-69)

00000/000: 190 (of 322)

00000/0: 166 (of 260)

000000: 58:22

00000: 3(of 7)

0000000: 1:13:55

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	9:25	3.19	1	-	44	2:41	0.50	9:25	3.19	8		259	0:19
Wechsel Schwim	0.20	2:42	4.44	2	0:34	144	1:16	0.70	12:07	3.47	8		259	1:16
Schwimmen 000	0.70	12:07	3.47	8		259	1:16	0.70	12:07	3.47	8		259	1:16
Rad	20.00	36:49	32.59	4	1:39	129	6:04	20.70	48:56	25.38	8		23	7:03
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:19	2.28	4	0:12	189	1:16	20.75	50:15	24.78	8		256	7:31
Rad 000	20.05	38:08	31.55	3	1:46	134	6:31	20.75	50:15	24.78	8		256	7:31
Lauf	5.00	28:10	10.65	6	3:49	214	12:38	25.75	1:18:25	19.70	3	4:30	168	20:03