



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

0000

Hummel, Nicolas

000: 1:07:04

00: 322

00: 25.75 km

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

0000:

männl. AK 1 (TM 20-24)

00000/000: 39 (of 322)

00000/0: 37 (of 260)

000000: 58:22

00000: 9(of 16)

0000000: 58:22

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	9:35	3.13	9	2:51	48	2:51	0.50	9:35	3.13	17		29	0:29
Wechsel Schwim	0.20	1:42	7.06	6	0:16	20	0:16	0.70	11:17	3.72	17		259	0:26
Schwimmen 000	0.70	11:17	3.72	17		259	0:26	0.70	11:17	3.72	17		259	0:26
Rad	20.00	35:44	33.58	10	4:22	102	4:59	20.70	47:01	26.42	17		259	5:08
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:54	3.33	9	0:20	85	0:51	20.75	47:55	25.98	16		256	5:11
Rad 000	20.05	36:38	32.84	10	4:42	95	5:01	20.75	47:55	25.98	16		256	5:11
Lauf	5.00	19:09	15.67	4	3:37	12	3:37	25.75	1:07:04	23.04	9	8:42	38	8:42