



# 10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

Wieland, Thomas

□□□: 1:14:33

□□: 305

□□: 25.75 km

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

□□□□□/□□□: 134 (of 322)

□□□□□/□: 121 (of 260)

□□□□□□: 58:22

□□□□:

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□: 25(of 51)

□□□□□□□: 1:01:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	9:48	3.06	14	2:04	65	3:04	0.50	9:48	3.06	51	1:02	32	0:42
Wechsel Schwim	0.20	2:40	4.50	28	1:12	139	1:14	0.70	12:28	3.37	51	1:51	259	1:37
Schwimmen □□□	0.70	12:28	3.37	51	1:51	259	1:37	0.70	12:28	3.37	51	1:51	259	1:37
Rad	20.00	35:36	33.71	21	4:34	98	4:51	20.70	48:04	25.84	51		259	6:11
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:12	2.50	30	0:41	164	1:09	20.75	49:16	25.27	50		256	6:32
Rad □□□	20.05	36:48	32.69	22	4:55	103	5:11	20.75	49:16	25.27	50		256	6:32
Lauf	5.00	25:17	11.87	36	6:12	182	9:45	25.75	1:14:33	20.72	26	12:45	123	16:11