



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

Deubel, Pascal

□□□: 1:01:06

□□: TV Lampertheim Triathlon

□□: 383

□□: 25.75 km

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

□□□□□/□□□: 7 (of 322)

□□□□□/□: 7 (of 260)

□□□□□□: 58:22

□□□□:

□□□□□: 3(of 16)

männl. AK 1 (TM 20-24)

□□□□□□□: 58:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	8:15	3.64	4	1:31	9	1:31	0.50	8:15	3.64	17			259
Wechsel Schwim	0.20	1:32	7.83	2	0:06	3	0:06	0.70	9:47	4.29	17			259
Schwimmen □□□	0.70	9:47	4.29	17			259	0.70	9:47	4.29	17			259
Rad	20.00	31:22	38.26	1	-	5	0:37	20.70	41:09	30.18	17			259
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:34	5.29	1	-	8	0:31	20.75	41:43	29.84	16			256
Rad □□□	20.05	31:56	37.67	1	-	4	0:19	20.75	41:43	29.84	16			256
Lauf	5.00	19:23	15.48	5	3:51	16	3:51	25.75	1:01:06	25.29	3	2:44	7	2:44