



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

0000

Sporthunde Bergstrasse

000: 1:06:32

00: Sporthunde Bergstrasse

00: 372

00: 25.75 km

Triathlonstaffel

0000:

Triathlon-Staffel

00000/000: 3 (of 42)

00000/000: 3 (of 42)

000000: 1:00:17

00000: 3(of 42)

0000000: 1:00:17

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 km/h	00 -	00 -	00 00[	00 000	000	000 km	000 00	000 km/h	00 -	00 -	00 00[	00 000
Schwimmen	0.50	11:16	2.66	17	2:30	17	2:30	0.50	11:16	2.66	24			24	
Wechsel Schwim	0.20	1:11	10.14	3	0:09	3	0:09	0.70	12:27	3.37	24			24	
Schwimmen 000	0.70	12:27	3.37	24		24		0.70	12:27	3.37	24			24	
Rad	20.00	33:57	35.35	4	2:34	4	2:34	20.70	46:24	26.77	24			24	
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:04	2.81	38	0:41	38	0:41	20.75	47:28	26.23	24			24	
Rad 000	20.05	35:01	34.36	6	2:59	6	2:59	20.75	47:28	26.23	24			24	
Lauf	5.00	19:04	15.73	2	0:37	2	0:37	25.75	1:06:32	23.22	3	6:15	3	6:15	