



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

Team Triple-T

□□□: 1:08:51

□□: Team Triple-T

□□: 378

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 5 (of 42)

□□□□□/□□□: 5 (of 42)

□□□□□□: 1:00:17

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 5(of 42)

□□□□□□□: 1:00:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	10:32	2.85	12	1:46	12	1:46	0.50	10:32	2.85	26			26
Wechsel Schwim	0.20	1:30	8.00	18	0:28	18	0:28	0.70	12:02	3.49	26			26
Schwimmen □□□	0.70	12:02	3.49	26		26		0.70	12:02	3.49	26			26
Rad	20.00	36:26	32.94	11	5:03	11	5:03	20.70	48:28	25.63	26			26
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:40	4.50	31	0:17	31	0:17	20.75	49:08	25.34	26			26
Rad □□□	20.05	37:06	32.43	11	5:04	11	5:04	20.75	49:08	25.34	26			26
Lauf	5.00	19:43	15.22	5	1:16	5	1:16	25.75	1:08:51	22.44	5	8:34	5	8:34