



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

Team Theilinger, Degebrodt & Sauer □□□: 1:10:49

□□: Team Theilinger, Degebrodt & Sauer

□□: 342

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□/□□□: 8 (of 42)

□□□□□/□□□: 8 (of 42)

□□□□□□: 1:00:17

□□□□□: 8(of 42)

□□□□□□□: 1:00:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	10:29	0.00	11	1:43	11	1:43	0.50	10:29	0.00	29		29	
Wechsel Schwim	0.20	1:14	0.00	4	0:12	4	0:12	0.70	11:43	0.00	29		29	
Schwimmen □□□	0.70	11:43	0.00	29		29		0.70	11:43	0.00	29		29	
Rad	20.00	38:36	31.09	22	7:13	22	7:13	20.70	50:19	23.85	29		29	
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:33	0.00	15	0:10	15	0:10	20.75	50:52	23.59	29		29	
Rad □□□	20.05	39:09	30.65	22	7:07	22	7:07	20.75	50:52	23.59	29		29	
Lauf	5.00	19:57	15.04	6	1:30	6	1:30	25.75	1:10:49	21.18	8	10:32	8	10:32