



# 10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

## Team Steinhoff, Sartorius & Breuser □□□: 1:11:33

□□: Team Steinhoff, Sartorius & Breuser

□□: 345

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□/□□□: 10 (of 42)

□□□□□/□□□: 10 (of 42)

□□□□□□: 1:00:17

□□□□□: 10(of 42)

□□□□□□□: 1:00:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	11:42	0.00	23	2:56	23	2:56	0.50	11:42	0.00	31		31	
Wechsel Schwim	0.20	1:22	0.00	8	0:20	8	0:20	0.70	13:04	0.00	31		31	
Schwimmen □□□	0.70	13:04	0.00	31		31		0.70	13:04	0.00	31		31	
Rad	20.00	37:35	31.93	16	6:12	16	6:12	20.70	50:39	23.69	31		31	
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:30	0.00	8	0:07	8	0:07	20.75	51:09	23.46	31		31	
Rad □□□	20.05	38:05	31.51	16	6:03	16	6:03	20.75	51:09	23.46	31		31	
Lauf	5.00	20:24	14.71	7	1:57	7	1:57	25.75	1:11:33	20.96	10	11:16	10	11:16