



# 10. Lorsche Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

## Team LSÜ

□□□: 1:14:07

□□: Team LSÜ

□□: 377

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 16 (of 42)

□□□□□/□□□: 16 (of 42)

□□□□□□: 1:00:17

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 16(of 42)

□□□□□□□: 1:00:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	12:39	0.00	29	3:53	29	3:53	0.50	12:39	0.00	37		37	
Wechsel Schwim	0.20	1:25	0.00	10	0:23	10	0:23	0.70	14:04	0.00	37		37	
Schwimmen □□□	0.70	14:04	0.00	37		37		0.70	14:04	0.00	37		37	
Rad	20.00	33:25	35.91	3	2:02	3	2:02	20.70	47:29	25.27	37		37	
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:39	0.00	28	0:16	28	0:16	20.75	48:08	24.93	37		37	
Rad □□□	20.05	34:04	35.23	3	2:02	3	2:02	20.75	48:08	24.93	37		37	
Lauf	5.00	25:59	11.55	30	7:32	30	7:32	25.75	1:14:07	20.24	16	13:50	16	13:50