



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

Team Mehlhase & Düber

□□□: 1:18:06

□□: Team Mehlhase & Düber

□□: 352

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 23 (of 42)

□□□□□/□□□: 23 (of 42)

□□□□□□: 1:00:17

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 23(of 42)

□□□□□□□: 1:00:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	11:30	0.00	21	2:44	21	2:44	0.50	11:30	0.00	2		2	
Wechsel Schwim	0.20	1:41	0.00	27	0:39	27	0:39	0.70	13:11	0.00	2		2	
Schwimmen □□□	0.70	13:11	0.00	2		2		0.70	13:11	0.00	2		2	
Rad	20.00	40:26	29.68	26	9:03	26	9:03	20.70	53:37	22.38	2	0:36	2	0:36
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:05	0.00	40	0:42	40	0:42	20.75	54:42	21.94	2	1:04	2	1:04
Rad □□□	20.05	41:31	28.90	27	9:29	27	9:29	20.75	54:42	21.94	2	1:04	2	1:04
Lauf	5.00	23:24	12.82	17	4:57	17	4:57	25.75	1:18:06	19.21	23	17:49	23	17:49