



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

Team Bähring, Gärtner & Hufnagel □□□: 1:25:29

□□: Team Bähring, Gärtner & Hufnagel

□□: 368

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 35 (of 42)

□□□□□/□□□: 35 (of 42)

□□□□□□: 1:00:17

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 35(of 42)

□□□□□□□: 1:00:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	15:35	0.00	41	6:49	41	6:49	0.50	15:35	0.00	14	2:34	14	2:34
Wechsel Schwim	0.20	1:56	0.00	35	0:54	35	0:54	0.70	17:31	0.00	14	2:56	14	2:56
Schwimmen □□□	0.70	17:31	0.00	14	2:56	14	2:56	0.70	17:31	0.00	14	2:56	14	2:56
Rad	20.00	42:40	28.13	37	11:17	37	11:17	20.70	1:00:11	19.94	14	7:10	14	7:10
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:37	0.00	24	0:14	24	0:14	20.75	1:00:48	19.74	14	7:10	14	7:10
Rad □□□	20.05	43:17	27.72	37	11:15	37	11:15	20.75	1:00:48	19.74	14	7:10	14	7:10
Lauf	5.00	24:41	12.15	23	6:14	23	6:14	25.75	1:25:29	17.55	35	25:12	35	25:12