



10. Lorsche Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

TVGG Lorsch Handball Damen 1 Team□□□: 1:27:33

□□: TVGG Lorsch Handball Damen 1 Team II

□□: 358

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□/□□□: 39 (of 42)

□□□□□/□□□: 39 (of 42)

□□□□□□: 1:00:17

□□□□□: 39(of 42)

□□□□□□□: 1:00:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	13:01	2.30	33	4:15	33	4:15	0.50	13:01	2.30	1	-	1	-
Wechsel Schwim	0.20	1:27	8.28	15	0:25	15	0:25	0.70	14:28	2.90	18	-	18	-
Schwimmen □□□	0.70	14:28	2.90	18		18		0.70	14:28	2.90	18	-	18	-
Rad	20.00	48:27	24.77	41	17:04	41	17:04	20.70	1:02:55	19.74	18	9:54	18	9:54
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:30	6.00	8	0:07	8	0:07	20.75	1:03:25	19.63	18	9:47	18	9:47
Rad □□□	20.05	48:57	24.58	41	16:55	41	16:55	20.75	1:03:25	19.63	18	9:47	18	9:47
Lauf	5.00	24:08	12.43	20	5:41	20	5:41	25.75	1:27:33	17.65	39	27:16	39	27:16