



# 10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

## TVGG Lorsch Handball Damen 1 Team IV: 1:28:28

□□: TVGG Lorsch Handball Damen 1 Team IV

□□: 360

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□/□□□: 40 (of 42)

□□□□□/□□□: 40 (of 42)

□□□□□□: 1:00:17

□□□□□: 40(of 42)

□□□□□□□: 1:00:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen	0.50	12:03	0.00	26	3:17	26	3:17	0.50	12:03	0.00	19		19	
Wechsel Schwim	0.20	1:33	0.00	21	0:31	21	0:31	0.70	13:36	0.00	19		19	
Schwimmen □□□	0.70	13:36	0.00	19		19		0.70	13:36	0.00	19		19	
Rad	20.00	47:17	25.38	40	15:54	40	15:54	20.70	1:00:53	19.71	19	7:52	19	7:52
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:27	0.00	5	0:04	5	0:04	20.75	1:01:20	19.57	19	7:42	19	7:42
Rad □□□	20.05	47:44	25.14	40	15:42	40	15:42	20.75	1:01:20	19.57	19	7:42	19	7:42
Lauf	5.00	27:08	11.06	36	8:41	36	8:41	25.75	1:28:28	16.96	40	28:11	40	28:11