



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

0000

Dr. Moock, Gabriela

000: 1:21:08

00: SSG Trias Bensheim

00: 52

00: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,0-5,0

00000/000: 215 (of 322)

00000/0: 29 (of 62)

000000: 1:01:23

0000:

00000: 2(of 9)

Seniorinnen 3 (TW 50-54)

0000000: 1:15:51

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	km/h	-	-	0	0	km	00	km/h	-	-	0	0
Schwimmen	0.50	11:32	2.60	4	1:19	32	4:58	0.50	11:32	2.60	2	0:33	62	1:56
Wechsel Schwim	0.20	2:19	5.18	1	-	17	0:52	0.70	13:51	3.03	2	0:28	62	2:08
Schwimmen 000	0.70	13:51	3.03	2	0:28	62	2:08	0.70	13:51	3.03	2	0:28	62	2:08
Rad	20.00	39:34	30.33	2	0:51	30	7:16	20.70	53:25	23.25	2	1:19	62	3:00
Wechsel Rad-Lau	0.05	1:13	2.47	4	0:14	38	0:40	20.75	54:38	22.79	2	1:17	62	3:07
Rad 000	20.05	40:47	29.50	2	0:49	31	7:56	20.75	54:38	22.79	2	1:17	62	3:07
Lauf	5.00	26:30	11.32	4	4:00	34	6:49	25.75	1:21:08	19.04	2	5:17	30	19:45