



10. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2013

□□□□

Jürgens, Boris

□□□: 1:07:49

□□: Ginnheimer LT

□□: 97

□□: 25.75 km

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

□□□□□/□□□: 44 (of 322)

□□□□□/□: 42 (of 260)

□□□□□□: 58:22

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 6(of 26)

□□□□□□□: 1:00:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	9:31	3.15	5	1:18	46	2:47	0.50	9:31	3.15	27	0:21	259	0:25
Wechsel Schwim	0.20	2:35	4.65	17	0:55	128	1:09	0.70	12:06	3.47	27	0:59	259	1:15
Schwimmen □□□	0.70	12:06	3.47	27	0:59	259	1:15	0.70	12:06	3.47	27	0:59	259	1:15
Rad	20.00	33:55	35.38	4	2:50	41	3:10	20.70	46:01	26.99	27	2:43	259	4:08
Wechsel Rad-Lau	0.05	0:57	3.16	13	0:17	104	0:54	20.75	46:58	26.51	27	2:49	256	4:14
Rad □□□	20.05	34:52	34.50	4	3:02	42	3:15	20.75	46:58	26.51	27	2:49	256	4:14
Lauf	5.00	20:51	14.39	8	3:07	52	5:19	25.75	1:07:49	22.78	6	7:48	43	9:27