



11. Triathlon Lorsch

Lorsch / 10.08.2014

□□□□

Riemenschneider, Jens

□□□: 1:06:18

□□: LSV Ladenburg

□□: 224

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 12 (of 313)

□□□□□/□: 12 (of 231)

□□□□□□: 58:01

□□□□:

□□□□□: 3(of 28)

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□□□: 1:03:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:10	3.27	5	1:00	26	2:07	0.50	9:10	3.27	12			232
Wechsel S->R	-	1:36	-	2	0:04	9	0:28	0.50	10:46	2.79	29			232
Schwimmen □□□	0.50	10:46	2.79	29			232	0.50	10:46	2.79	29			232
ZZ Rad	5.75	7:29	46.10	7	0:39	37	1:03	6.25	18:15	20.55	29			232
ZZ Rad	4.25	10:06	25.25	6	0:37	28	0:51	10.50	28:21	22.22	18			227
ZZ Rad	4.25	10:03	25.37	6	0:33	25	0:44	14.75	38:24	23.05	18			227
Rad Ziel	5.75	7:50	44.04	6	0:25	19	3:13	20.50	46:14	26.60	29			232
Rad □	20.00	35:28	33.83	8	17:19	30	17:19	20.50	46:14	26.60	29			232
Wechsel R->L	-	0:52	-	9	0:09	64	0:23	20.50	47:06	26.11	19			229
Rad □□□	20.00	36:20	33.03	7	16:08	27	16:08	20.50	47:06	26.11	19			229
ZZ Lauf	2.50	9:27	15.87	3	0:36	12	1:28	23.00	56:33	24.40	18			228
Lauf Ziel	2.50	9:45	15.38	3	0:20	13	1:12	25.50	1:06:18	23.08	3	2:58	12	8:17
Lauf □□□	5.00	19:12	15.63	3	0:56	12	2:33	25.50	1:06:18	23.08	3	2:58	12	8:17