



11. Triathlon Lorsch

Lorsch / 10.08.2014

□□□□

Kurrat, Jürgen

□□□: 1:34:08

□□: 258

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 261 (of 313)

□□□□□/□: 199 (of 231)

□□□□□□: 58:01

□□□□:

□□□□□: 29(of 33)

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□□□: 1:04:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	14:54	2.01	33	6:57	216	7:51	0.50	14:54	2.01	34	4:16	232	5:16
Wechsel S->R	-	5:42	-	31	4:14	228	4:34	0.50	20:36	1.46	34	7:02	232	8:44
Schwimmen □□□	0.50	20:36	1.46	34	7:02	232	8:44	0.50	20:36	1.46	34	7:02	232	8:44
ZZ Rad	5.75	9:06	37.91	31	2:06	199	2:40	6.25	29:42	12.63	34	7:03	232	10:28
ZZ Rad	4.25	12:30	20.40	29	2:58	188	3:15	10.50	42:12	14.93	33	1:54	227	12:53
ZZ Rad	4.25	12:46	19.97	30	3:24	199	3:27	14.75	54:58	16.10	33	2:01	227	15:38
Rad Ziel	5.75	9:55	34.79	28	2:31	188	5:18	20.50	1:04:53	18.96	34	7:43	232	17:45
Rad □	20.00	44:17	27.10	31	25:36	198	26:08	20.50	1:04:53	18.96	34	7:43	232	17:45
Wechsel R->L	-	1:47	-	27	1:13	202	1:18	20.50	1:06:40	18.45	33	2:20	229	18:36
Rad □□□	20.00	46:04	26.05	30	11:57	199	25:52	20.50	1:06:40	18.45	33	2:20	229	18:36
ZZ Lauf	2.50	13:25	11.18	23	3:31	170	5:26	23.00	1:20:05	17.23	33	1:20	228	23:10
Lauf Ziel	2.50	14:03	10.68	23	3:48	170	5:30	25.50	1:34:08	16.25	29	29:09	199	36:07
Lauf □□□	5.00	27:28	10.92	22	7:03	170	10:49	25.50	1:34:08	16.25	29	29:09	199	36:07