



11. Triathlon Lorsch

Lorsch / 10.08.2014

□□□□

Nikolic, Robert

□□□: 1:34:17

□□: 281

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 263 (of 313)

□□□□□/□: 200 (of 231)

□□□□□□: 58:01

□□□□:

□□□□□: 35(of 39)

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□□□: 1:07:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	16:16	1.84	38	7:37	223	9:13	0.50	16:16	1.84	15	4:02	232	6:38
Wechsel S->R	-	3:44	-	33	2:08	189	2:36	0.50	20:00	1.50	15	5:26	232	8:08
Schwimmen □□□	0.50	20:00	1.50	15	5:26	232	8:08	0.50	20:00	1.50	15	5:26	232	8:08
ZZ Rad	5.75	8:38	39.96	28	1:21	175	2:12	6.25	28:38	13.10	15	6:17	232	9:24
ZZ Rad	4.25	12:56	19.72	37	3:02	202	3:41	10.50	41:34	15.16	15	8:00	227	12:15
ZZ Rad	4.25	12:25	20.54	32	2:31	182	3:06	14.75	53:59	16.39	15	9:15	227	14:39
Rad Ziel	5.75	10:08	34.05	34	2:23	198	5:31	20.50	1:04:07	19.18	15	10:30	232	16:59
Rad □	20.00	44:07	27.20	33	9:15	195	25:58	20.50	1:04:07	19.18	15	10:30	232	16:59
Wechsel R->L	-	3:55	-	38	3:24	228	3:26	20.50	1:08:02	18.08	15	13:15	229	19:58
Rad □□□	20.00	48:02	24.98	36	12:23	211	27:50	20.50	1:08:02	18.08	15	13:15	229	19:58
ZZ Lauf	2.50	12:04	12.43	23	2:47	118	4:05	23.00	1:20:06	17.23	15	15:05	228	23:11
Lauf Ziel	2.50	14:11	10.58	30	4:41	176	5:38	25.50	1:34:17	16.23	35	26:47	200	36:16
Lauf □□□	5.00	26:15	11.43	29	7:28	156	9:36	25.50	1:34:17	16.23	35	26:47	200	36:16