



# 11. Triathlon Lorsch

Lorsch / 10.08.2014

□□□□

## Team Sachse & Numrich

□□□: 1:17:07

□□: Team Sachse & Numrich

□□: 354

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 10 (of 29)

□□□□□/□□□: 10 (of 29)

□□□□□□: 58:47

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 10(of 29)

□□□□□□□: 58:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	10:05	0.00	7	1:52	7	1:52	0.50	10:05	0.00	21	0:04	21	0:04
Wechsel S->R	-	1:35	-	15	0:23	15	0:23	0.50	11:40	0.00	21	0:12	21	0:12
Schwimmen □□□	0.50	11:40	0.00	21	0:12	21	0:12	0.50	11:40	0.00	21	0:12	21	0:12
ZZ Rad	5.75	8:14	36.44	15	2:00	15	2:00	6.25	19:54	18.09	21		21	
ZZ Rad	4.25	11:41	20.54	12	2:43	12	2:43	10.50	31:35	19.00	21		21	
ZZ Rad	4.25	11:48	20.34	13	2:54	13	2:54	14.75	43:23	19.36	20		20	
Rad Ziel	5.75	8:59	33.40	11	2:09	11	2:09	20.50	52:22	22.92	20		20	
Rad □	20.00	40:42	29.48	14	9:46	14	9:46	20.50	52:22	22.92	20		20	
Wechsel R->L	-	0:32	-	3	0:03	3	0:03	20.50	52:54	22.68	20		20	
Rad □□□	20.00	41:14	29.10	12	9:42	12	9:42	20.50	52:54	22.68	20		20	
ZZ Lauf	2.50	11:14	10.68	13	6:28	13	6:28	23.00	1:04:08	21.52	20		20	
Lauf Ziel	2.50	12:59	9.24	14	4:35	14	4:35	25.50	1:17:07	19.45	10	18:20	10	18:20
Lauf □□□	5.00	24:13	12.39	15	9:19	15	9:19	25.50	1:17:07	19.45	10	18:20	10	18:20