



11. Triathlon Lorsch

Lorsch / 10.08.2014

□□□□

Team Krämer & Morasch

□□□: 1:23:30

□□: Team Krämer & Morasch

□□: 357

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 19 (of 29)

□□□□□/□□□: 19 (of 29)

□□□□□□: 58:47

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 19(of 29)

□□□□□□□: 58:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	10:41	0.00	9	2:28	9	2:28	0.50	10:41	0.00	12	0:40	12	0:40
Wechsel S->R	-	1:29	-	12	0:17	12	0:17	0.50	12:10	0.00	12	0:42	12	0:42
Schwimmen □□□	0.50	12:10	0.00	12	0:42	12	0:42	0.50	12:10	0.00	12	0:42	12	0:42
ZZ Rad	5.75	8:19	36.07	16	2:05	16	2:05	6.25	20:29	17.58	12		12	
ZZ Rad	4.25	12:18	19.51	20	3:20	20	3:20	10.50	32:47	18.30	12		12	
ZZ Rad	4.25	12:25	19.33	17	3:31	17	3:31	14.75	45:12	18.58	11		11	
Rad Ziel	5.75	9:32	31.47	17	2:42	17	2:42	20.50	54:44	21.92	11		11	
Rad □	20.00	42:34	28.19	17	11:38	17	11:38	20.50	54:44	21.92	11		11	
Wechsel R->L	-	0:36	-	11	0:07	11	0:07	20.50	55:20	21.69	11		11	
Rad □□□	20.00	43:10	27.80	16	11:38	16	11:38	20.50	55:20	21.69	11		11	
ZZ Lauf	2.50	13:16	9.05	25	8:30	25	8:30	23.00	1:08:36	20.12	11		11	
Lauf Ziel	2.50	14:54	8.05	25	6:30	25	6:30	25.50	1:23:30	17.96	19	24:43	19	24:43
Lauf □□□	5.00	28:10	10.65	26	13:16	26	13:16	25.50	1:23:30	17.96	19	24:43	19	24:43