



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Kripp, Reiner

□□□: 1:23:40

□□: Ludwigshafener Schwimmverein 07

□□: 100

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 227 (of 340)

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

□□□□□/□: 190 (of 251)

□□□□□□: 59:47

□□□□:

□□□□□: 28(of 37)

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□□□: 1:02:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:48	3.06	6	1:32	56	2:04	0.50	9:48	3.06	6	1:32	252	2:04
Wechsel S -> R	-	3:05	-	23	1:37	167	1:42	0.50	12:53	2.33	12	3:09	251	3:29
Schwimmen □□□	0.50	12:53	2.33	12	3:09	251	3:29	0.50	12:53	2.33	12	3:09	251	3:29
Rad netto	20.00	38:20	31.30	26	6:14	163	35:44	20.50	51:13	24.02	38	9:08	251	33:38
Wechsel R -> L	-	1:48	-	34	1:14	228	1:19	20.50	53:01	23.20	38	10:22	251	33:52
Rad □□□	20.00	40:08	29.90	27	7:28	177	35:58	20.50	53:01	23.20	38	10:22	251	33:52
Lauf	5.00	30:39	9.79	35	12:23	233	16:53	25.50	1:23:40	18.29	28	20:55	193	42:48