



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Schüßler, Stephan

□□□: 1:21:04

□□: S-H-B-C

□□: 217

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 202 (of 340)

□□□□□/□: 174 (of 251)

□□□□□□: 59:47

□□□□:

□□□□□: 36(of 47)

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□□□: 1:02:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	16:16	1.84	47	7:55	249	8:32	0.50	16:16	1.84	48	7:55	252	8:32	
Wechsel S -> R	-	3:34	-	41	2:04	205	2:11	0.50	19:50	1.51	48	9:59	251	10:26	
Schwimmen □□□	0.50	19:50	1.51	48	9:59	251	10:26	0.50	19:50	1.51	48	9:59	251	10:26	
Rad netto	20.00	36:09	33.20	19	33:33	89	33:33	20.50	55:59	21.97	48	38:24	251	38:24	
Wechsel R -> L	-	1:26	-	39	0:56	195	0:57	20.50	57:25	21.42	48	38:16	251	38:16	
Rad □□□	20.00	37:35	31.93	24	33:25	98	33:25	20.50	57:25	21.42	48	38:16	251	38:16	
Lauf	5.00	23:39	12.68	19	4:54	116	9:53	25.50	1:21:04	18.87	37	40:12	177	40:12	