



# 12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

**Pusche, Jürgen**

□□□: 1:15:09

□□: SG Hemsbach SoMa

□□: 42

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 117 (of 340)

□□□□□/□: 107 (of 251)

□□□□□□: 59:47

□□□□:

Senioren 1 (TM 40)

□□□□□: 20(of 40)

□□□□□□□: 1:03:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:08	0.00	22	2:33	133	3:24	0.50	11:08	0.00	41	2:33	134	3:24
Wechsel S -> R	-	2:23	-	16	0:56	88	1:00	0.50	13:31	0.00	18	3:10	110	4:07
Schwimmen □□□	0.50	13:31	0.00	18	3:10	110	4:07	0.50	13:31	0.00	18	3:10	110	4:07
Rad netto	20.00	37:34	31.94	21	6:33	132	34:58	20.50	51:05	23.49	41	8:55	251	33:30
Wechsel R -> L	-	0:54	-	18	0:23	83	0:25	20.50	51:59	23.08	41	9:18	251	32:50
Rad □□□	20.00	38:28	31.20	21	6:42	126	34:18	20.50	51:59	23.08	41	9:18	251	32:50
Lauf	5.00	23:10	12.95	20	5:29	99	9:24	25.50	1:15:09	19.96	20	12:06	109	34:17