



# 12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Schütte, Aljoscha

□□□: 1:26:05

□□: Let's Tri-IT (Tria-Gruppe Andreas Nickel)

□□: 239

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 254 (of 340)

□□□□□/□: 210 (of 251)

□□□□□□: 59:47

□□□□:

□□□□□: 20(of 21)

männliche AK 3 (TM 30)

□□□□□□□: 1:01:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:53	0.00	17	3:47	204	5:09	0.50	12:53	0.00	22	3:47	252	5:09
Wechsel S -> R	-	4:17	-	20	2:42	239	2:54	0.50	17:10	0.00	22	6:29	251	7:46
Schwimmen □□□	0.50	17:10	0.00	22	6:29	251	7:46	0.50	17:10	0.00	22	6:29	251	7:46
Rad netto	20.00	41:39	28.81	18	10:39	224	39:03	20.50	58:49	20.40	22	17:08	251	41:14
Wechsel R -> L	-	0:58	-	11	0:23	100	0:29	20.50	59:47	20.07	22	17:31	251	40:38
Rad □□□	20.00	42:37	28.16	18	11:02	223	38:27	20.50	59:47	20.07	22	17:31	251	40:38
Lauf	5.00	26:18	11.41	18	7:12	183	12:32	-	1:26:05	-	20	24:43	212	45:13