



# 12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Niedermaier, Marco

□□□: 1:28:54

□□: 199

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 283 (of 340)

□□□□□/□: 223 (of 251)

□□□□□□: 59:47

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 23(of 24)

□□□□□□□: 59:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:31	2.40	19	4:34	188	4:47	0.50	12:31	2.40	25	4:34	252	4:47
Wechsel S -> R	-	3:31	-	19	2:08	203	2:08	0.50	16:02	1.87	25	6:38	251	6:38
Schwimmen □□□	0.50	16:02	1.87	25	6:38	251	6:38	0.50	16:02	1.87	25	6:38	251	6:38
Rad netto	20.00	46:27	25.83	23	15:03	246	43:51	20.50	1:02:29	19.69	25	21:41	251	44:54
Wechsel R -> L	-	0:35	-	3	0:02	9	0:06	20.50	1:03:04	19.50	25	21:42	251	43:55
Rad □□□	20.00	47:02	25.51	23	15:04	245	42:52	20.50	1:03:04	19.50	25	21:42	251	43:55
Lauf	5.00	25:50	11.61	20	7:35	176	12:04	25.50	1:28:54	17.21	23	29:07	226	48:02