



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Kaltenmorgen, Norbert

□□□: 1:15:56

□□: SKV Mörfelden Team MöWathlon

□□: 38

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 133 (of 340)

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

□□□□□/□: 121 (of 251)

□□□□□□: 59:47

□□□□:

□□□□□: 16(of 37)

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□□□: 1:02:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:29	2.22	32	5:13	221	5:45	0.50	13:29	2.22	38	5:13	252	5:45
Wechsel S -> R	-	2:27	-	13	0:59	97	1:04	0.50	15:56	1.88	38	6:12	251	6:32
Schwimmen □□□	0.50	15:56	1.88	38	6:12	251	6:32	0.50	15:56	1.88	38	6:12	251	6:32
Rad netto	20.00	35:13	34.07	8	3:07	63	32:37	20.50	51:09	24.05	38	9:04	251	33:34
Wechsel R -> L	-	0:47	-	6	0:13	51	0:18	20.50	51:56	23.68	38	9:17	251	32:47
Rad □□□	20.00	36:00	33.33	8	3:20	56	31:50	20.50	51:56	23.68	38	9:17	251	32:47
Lauf	5.00	24:00	12.50	16	5:44	129	10:14	25.50	1:15:56	20.15	16	13:11	123	35:04