



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Floch, Yann

□□□: 1:15:16

□□: 274

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 121 (of 340)

□□□□□/□: 111 (of 251)

□□□□□□: 59:47

□□□□:

Senioren 1 (TM 40)

□□□□□: 21(of 40)

□□□□□□□: 1:03:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:12	2.68	24	2:37	136	3:28	0.50	11:12	2.68	41	2:37	136	3:28
Wechsel S -> R	-	3:34	-	35	2:07	205	2:11	0.50	14:46	2.03	41	4:25	251	5:22
Schwimmen □□□	0.50	14:46	2.03	41	4:25	251	5:22	0.50	14:46	2.03	41	4:25	251	5:22
Rad netto	20.00	36:08	33.21	14	5:07	88	33:32	20.50	50:54	24.17	41	8:44	251	33:19
Wechsel R -> L	-	2:02	-	39	1:31	241	1:33	20.50	52:56	23.24	41	10:15	251	33:47
Rad □□□	20.00	38:10	31.44	20	6:24	116	34:00	20.50	52:56	23.24	41	10:15	251	33:47
Lauf	5.00	22:20	13.43	17	4:39	76	8:34	25.50	1:15:16	20.33	21	12:13	113	34:24