



# 12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Klehn, Helmut

□□□: 1:05:58

□□: 365

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 20 (of 340)

□□□□□/□: 19 (of 251)

□□□□□□: 59:47

□□□□:

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□: 2(of 47)

□□□□□□□: 1:02:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:05	2.98	16	1:44	77	2:21	0.50	10:05	2.98	48	1:44	252	2:21
Wechsel S -> R	-	1:33	-	2	0:03	8	0:10	0.50	11:38	2.58	48	1:47	39	2:14
Schwimmen □□□	0.50	11:38	2.58	48	1:47	39	2:14	0.50	11:38	2.58	48	1:47	39	2:14
Rad netto	20.00	32:39	36.75	3	30:03	11	30:03	20.50	44:17	27.78	48	26:42	251	26:42
Wechsel R -> L	-	0:41	-	3	0:11	24	0:12	20.50	44:58	27.35	48	25:49	251	25:49
Rad □□□	20.00	33:20	36.00	3	29:10	10	29:10	20.50	44:58	27.35	48	25:49	251	25:49
Lauf	5.00	21:00	14.29	10	2:15	42	7:14	25.50	1:05:58	23.19	3	25:06	20	25:06