



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Team Afterburner

□□□: 1:18:52

□□: Team Afterburner

□□: 342

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 13 (of 25)

□□□□□/□□□: 13 (of 25)

□□□□□□: 57:18

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 13(of 25)

□□□□□□□: 57:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	12:28	0.00	16	5:36	16	5:36	0.50	12:28	0.00	16	5:36	16	5:36
Wechsel S -> R	-	1:24	-	12	0:13	12	0:13	0.50	13:52	0.00	15	5:31	15	5:31
Schwimmen □□□	0.50	13:52	0.00	15	5:31	15	5:31	0.50	13:52	0.00	15	5:31	15	5:31
Rad netto	20.00	36:29	32.89	12	6:21	12	6:21	20.50	50:21	23.83	13	11:52	13	11:52
Wechsel R -> L	-	0:29	-	4	0:05	4	0:05	20.50	50:50	23.61	13	11:47	13	11:47
Rad □□□	20.00	36:58	32.46	11	6:16	11	6:16	20.50	50:50	23.61	13	11:47	13	11:47
Lauf	5.00	28:02	10.70	14	9:47	14	9:47	25.50	1:18:52	19.02	13	21:34	13	21:34