



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Turbo Schimpis

□□□: 1:19:25

□□: Turbo Schimpis

□□: 346

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 14 (of 25)

□□□□□/□□□: 14 (of 25)

□□□□□□: 57:18

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 14(of 25)

□□□□□□□: 57:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	11:18	0.00	11	4:26	11	4:26	0.50	11:18	0.00	11	4:26	11	4:26
Wechsel S -> R	-	1:29	-	14	0:18	14	0:18	0.50	12:47	0.00	13	4:26	13	4:26
Schwimmen □□□	0.50	12:47	0.00	13	4:26	13	4:26	0.50	12:47	0.00	13	4:26	13	4:26
Rad netto	20.00	42:38	28.15	21	12:30	21	12:30	20.50	55:25	21.65	19	16:56	19	16:56
Wechsel R -> L	-	0:24	-	1	-	1	-	20.50	55:49	21.50	18	16:46	18	16:46
Rad □□□	20.00	43:02	27.89	21	12:20	21	12:20	20.50	55:49	21.50	18	16:46	18	16:46
Lauf	5.00	23:36	12.71	7	5:21	7	5:21	25.50	1:19:25	18.89	14	22:07	14	22:07