



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Wieditz, Kirsten

□□□: 1:14:04

□□: TSG Wiesloch

□□: 89

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 100 (of 340)

□□□□□/□: 7 (of 89)

□□□□□□: 1:03:53

□□□□:

Seniorinnen 2 TW 45)

□□□□□: 2(of 20)

□□□□□□□: 1:10:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:14	2.67	8	2:22	24	4:28	0.50	11:14	2.67	8	2:22	24	4:28
Wechsel S -> R	-	3:05	-	13	1:04	58	1:35	0.50	14:19	2.10	8	3:07	33	6:03
Schwimmen □□□	0.50	14:19	2.10	8	3:07	33	6:03	0.50	14:19	2.10	8	3:07	33	6:03
Rad netto	20.00	38:07	31.48	5	2:21	17	9:48	20.50	52:26	23.46	21	5:02	19	8:23
Wechsel R -> L	-	0:44	-	2	0:01	11	0:14	20.50	53:10	23.13	21	4:58	17	8:37
Rad □□□	20.00	38:51	30.89	5	2:17	16	9:12	20.50	53:10	23.13	21	4:58	17	8:37
Lauf	5.00	20:54	14.35	3	1:34	4	1:34	25.50	1:14:04	20.66	3	4:04	9	10:11