



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

□□□□

Fehrenbach, Nicole

□□□: 1:17:42

□□: Body Attack

□□: 79

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 158 (of 340)

□□□□□/□: 17 (of 89)

□□□□□□: 1:03:53

□□□□:

Seniorinnen 1 (TW 40)

□□□□□: 2(of 19)

□□□□□□□: 1:08:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:16	2.92	3	1:38	8	3:30	0.50	10:16	2.92	3	1:38	8	3:30
Wechsel S -> R	-	2:16	-	2	0:09	16	0:46	0.50	12:32	2.39	2	1:47	8	4:16
Schwimmen □□□	0.50	12:32	2.39	2	1:47	8	4:16	0.50	12:32	2.39	2	1:47	8	4:16
Rad netto	20.00	37:14	32.23	2	2:26	10	8:55	20.50	49:46	24.72	2	4:13	9	5:43
Wechsel R -> L	-	0:57	-	8	0:13	34	0:27	20.50	50:43	24.25	2	4:14	9	6:10
Rad □□□	20.00	38:11	31.43	2	2:27	11	8:32	20.50	50:43	24.25	2	4:14	9	6:10
Lauf	5.00	26:59	11.12	6	5:05	45	7:39	25.50	1:17:42	19.69	2	9:19	19	13:49