



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

0000

Adrian, Thomas

000: 1:07:56

00: TV Lampertheim Triathlon

00: 109

00: 25.50 km

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

00000/000: 28 (of 340)

00000/0: 27 (of 251)

000000: 59:47

0000:

00000: 4(of 37)

Senioren 3 (TM 50)

0000000: 1:02:45

0000

0000

000

	km	min	km/h	-	-	min	min	km	min	km/h	-	-	min	min
Schwimmen nett	0.50	9:53	3.04	8	1:37	63	2:09	0.50	9:53	3.04	8	1:37	252	2:09
Wechsel S -> R	-	1:39	-	3	0:11	13	0:16	0.50	11:32	2.60	5	1:48	251	2:08
Schwimmen 000	0.50	11:32	2.60	5	1:48	251	2:08	0.50	11:32	2.60	5	1:48	251	2:08
Rad netto	20.00	34:13	35.07	4	2:07	36	31:37	20.50	45:45	26.89	38	3:40	251	28:10
Wechsel R -> L	-	0:57	-	12	0:23	97	0:28	20.50	46:42	26.34	38	4:03	251	27:33
Rad 000	20.00	35:10	34.12	5	2:30	35	31:00	20.50	46:42	26.34	38	4:03	251	27:33
Lauf	5.00	21:14	14.13	4	2:58	46	7:28	25.50	1:07:56	22.52	4	5:11	28	27:04