



12. Lorsch Triathlon

Lorsch / 02.08.2015

0000

Schönung, Christian

000: 1:14:16

00: 138

00: 25.50 km

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

00000/000: 103 (of 340)

00000/0: 96 (of 251)

000000: 59:47

0000:

00000: 22(of 47)

Senioren 2 (TM 45)

0000000: 1:02:16

0000

0000

000

	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	km/h	-	-	0	0	km	00	km/h	-	-	0	0
Schwimmen nett	0.50	8:37	3.48	4	0:16	13	0:53	0.50	8:37	3.48	48	0:16	252	0:53
Wechsel S -> R	-	2:37	-	26	1:07	114	1:14	0.50	11:14	2.67	48	1:23	251	1:50
Schwimmen 000	0.50	11:14	2.67	48	1:23	251	1:50	0.50	11:14	2.67	48	1:23	251	1:50
Rad netto	20.00	34:13	35.07	10	31:37	36	31:37	20.50	45:27	27.06	48	27:52	251	27:52
Wechsel R -> L	-	1:11	-	24	0:41	148	0:42	20.50	46:38	26.38	48	27:29	251	27:29
Rad 000	20.00	35:24	33.90	10	31:14	46	31:14	20.50	46:38	26.38	48	27:29	251	27:29
Lauf	5.00	27:38	10.86	39	8:53	200	13:52	25.50	1:14:16	20.60	23	33:24	98	33:24