



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Würges, Peter

□□□: 1:16:09

□□: RSC Kirrlach Triathlon e.V.

□□: 115

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 128 (of 336)

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

□□□□□/□: 112 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

□□□□□: 21(of 42)

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□□□: 1:03:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:59	17:57	4	0:50	24	1:41	0.50	8:59	17:57	43	0:50	241	1:41
Wechsel S -> R	-	1:55	-	9	0:22	49	0:39	0.50	10:54	21:48	43	1:12	241	1:50
Schwimmen □□□	0.50	10:54	21:48	43	1:12	241	1:50	0.50	10:54	21:48	43	1:12	241	1:50
Rad netto	20.00	37:14	1:51	24	4:14	121	12:45	20.50	48:08	2:20	43	5:26	241	6:40
Wechsel R -> L	-	1:18	-	32	0:43	170	0:51	20.50	49:26	2:24	43	5:53	241	8:15
Rad □□□	20.00	38:32	1:55	25	4:41	120	10:33	20.50	49:26	2:24	43	5:53	241	8:15
Lauf	5.00	26:43	5:20	36	7:19	182	9:05	25.50	1:16:09	2:59	21	12:26	112	14:49