



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Sattler, Christiane

□□□: 1:44:43

□□: AC Weinheim

□□: 76

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 325 (of 336)

□□□□□/□: 89 (of 96)

□□□□□□: 1:04:25

□□□□:

Seniorinnen 3 (TW 50)

□□□□□: 10(of 10)

□□□□□□□: 1:13:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	14:54	29:48	10	6:10	90	6:35	0.50	14:54	29:48	11	6:10	90	6:35
Wechsel S -> R	-	3:15	-	9	1:35	69	2:35	0.50	18:09	36:17	11	6:48	87	8:03
Schwimmen □□□	0.50	18:09	36:17	11	6:48	87	8:03	0.50	18:09	36:17	11	6:48	87	8:03
Rad netto	20.00	55:44	2:47	10	18:28	93	22:51	20.50	1:13:53	3:36	11	24:16	93	30:35
Wechsel R -> L	-	1:10	-	6	0:21	57	0:41	20.50	1:15:03	3:39	11	23:51	92	31:10
Rad □□□	20.00	56:54	2:50	10	18:40	93	23:26	20.50	1:15:03	3:39	11	23:51	92	31:10
Lauf	5.00	29:40	5:56	9	7:59	70	15:17	25.50	1:44:43	4:06	10	30:58	89	40:18