



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Klein, Carl-Peter

□□□: 1:14:04

□□: 159

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 109 (of 336)

□□□□□/□: 96 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 18(of 42)

□□□□□□□: 1:03:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:06	22:11	24	2:57	125	3:48	0.50	11:06	22:11	43	2:57	241	3:48
Wechsel S -> R	-	2:45	-	28	1:12	139	1:29	0.50	13:51	27:41	43	4:09	241	4:47
Schwimmen □□□	0.50	13:51	27:41	43	4:09	241	4:47	0.50	13:51	27:41	43	4:09	241	4:47
Rad netto	20.00	34:37	1:43	12	1:37	59	10:08	20.50	48:28	2:21	43	5:46	241	7:00
Wechsel R -> L	-	0:35	-	1	-	12	0:08	20.50	49:03	2:23	43	5:30	241	7:52
Rad □□□	20.00	35:12	1:45	10	1:21	49	7:13	20.50	49:03	2:23	43	5:30	241	7:52
Lauf	5.00	25:01	5:00	31	5:37	145	7:23	25.50	1:14:04	2:54	18	10:21	96	12:44