



# 13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Link, Karl

□□□: 1:35:33

□□: TSG Ober Eschbach

□□: 138

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 312 (of 336)

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

□□□□□/□: 231 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

□□□□□: 13(of 13)

Senioren 5 (TM 60)

□□□□□□□: 1:06:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	15:37	31:14	13	6:11	228	8:19	0.50	15:37	31:14	14	6:11	241	8:19
Wechsel S -> R	-	4:59	-	13	3:34	233	3:43	0.50	20:36	41:12	13	9:35	241	11:32
Schwimmen □□□	0.50	20:36	41:12	13	9:35	241	11:32	0.50	20:36	41:12	13	9:35	241	11:32
Rad netto	20.00	53:19	2:39	13	19:26	239	28:50	20.50	1:13:55	3:36	13	29:01	241	32:27
Wechsel R -> L	-	2:56	-	13	2:13	237	2:29	20.50	1:16:51	3:44	13	31:10	241	35:40
Rad □□□	20.00	56:15	2:48	13	21:35	238	28:16	20.50	1:16:51	3:44	13	31:10	241	35:40
Lauf	5.00	18:42	3:44	1	-	8	1:04	25.50	1:35:33	3:44	13	29:18	231	34:13