



# 13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

**Hennemann, Florian**

□□□: 1:19:21

□□: Assoziales Netzwerk Sektion Triathlon neV

□□: 182

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 178 (of 336)

□□□□□/□: 153 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

männliche Jugend A (TM 16/17)

□□□□□: 4(of 5)

□□□□□□□: 1:12:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:18	20:36	2	0:57	87	3:00	0.50	10:18	20:36	6	0:57	241	3:00
Wechsel S -> R	-	3:56	-	4	1:46	211	2:40	0.50	14:14	28:27	6	2:43	141	5:10
Schwimmen □□□	0.50	14:14	28:27	6	2:43	141	5:10	0.50	14:14	28:27	6	2:43	141	5:10
Rad netto	20.00	37:45	1:53	2	2:40	133	13:16	20.50	51:59	2:32	6	5:23	241	10:31
Wechsel R -> L	-	1:10	-	4	0:36	147	0:43	20.50	53:09	2:35	6	5:37	241	11:58
Rad □□□	20.00	38:55	1:56	2	2:54	133	10:56	20.50	53:09	2:35	6	5:37	241	11:58
Lauf	5.00	26:12	5:14	4	4:04	172	8:34	25.50	1:19:21	3:06	4	6:54	153	18:01