



# 13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Neumann, Josua

□□□: 1:13:37

□□: 29

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 103 (of 336)

□□□□□/□: 93 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 12(of 16)

□□□□□□□: 1:01:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:13	18:26	8	1:55	34	1:55	0.50	9:13	18:26	17	1:55	241	1:55
Wechsel S -> R	-	2:12	-	10	0:51	80	0:56	0.50	11:25	22:49	17	2:03	241	2:21
Schwimmen □□□	0.50	11:25	22:49	17	2:03	241	2:21	0.50	11:25	22:49	17	2:03	241	2:21
Rad netto	20.00	36:59	1:50	12	5:16	118	12:30	20.50	48:24	2:21	17	6:56	241	6:56
Wechsel R -> L	-	1:07	-	14	0:36	133	0:40	20.50	49:31	2:24	17	7:04	241	8:20
Rad □□□	20.00	38:06	1:54	12	5:29	115	10:07	20.50	49:31	2:24	17	7:04	241	8:20
Lauf	5.00	24:06	4:49	13	6:28	119	6:28	25.50	1:13:37	2:53	12	11:43	93	12:17