



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Schnitzler, Sebastian

□□□: 1:03:06

□□: 210

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 7 (of 336)

□□□□□/□: 7 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 3(of 16)

□□□□□□□: 1:01:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:00	20:00	12	2:42	65	2:42	0.50	10:00	20:00	17	2:42	241	2:42
Wechsel S -> R	-	1:21	-	1	-	2	0:05	0.50	11:21	22:41	17	1:59	38	2:17
Schwimmen □□□	0.50	11:21	22:41	17	1:59	38	2:17	0.50	11:21	22:41	17	1:59	38	2:17
Rad netto	20.00	32:36	1:37	4	0:53	10	8:07	20.50	43:57	2:08	17	2:29	241	2:29
Wechsel R -> L	-	0:31	-	1	-	3	0:04	20.50	44:28	2:10	17	2:01	11	3:17
Rad □□□	20.00	33:07	1:39	3	0:30	8	5:08	20.50	44:28	2:10	17	2:01	11	3:17
Lauf	5.00	18:38	3:43	3	1:00	7	1:00	25.50	1:03:06	2:28	3	1:12	7	1:46