



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Schoch, Christian

□□□: 1:04:58

□□: 211

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 17 (of 336)

□□□□□/□: 16 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□: 3(of 24)

□□□□□□□: 1:02:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:44	19:27	10	1:49	56	2:26	0.50	9:44	19:27	25	1:49	241	2:26	
Wechsel S -> R	-	1:36	-	1	-	8	0:20	0.50	11:20	22:40	25	0:43	37	2:16	
Schwimmen □□□	0.50	11:20	22:40	25	0:43	37	2:16	0.50	11:20	22:40	25	0:43	37	2:16	
Rad netto	20.00	32:36	1:37	4	8:07	10	8:07	20.50	43:56	2:08	25	0:09	241	2:28	
Wechsel R -> L	-	0:34	-	1	-	9	0:07	20.50	44:30	2:10	25	0:06	12	3:19	
Rad □□□	20.00	33:10	1:39	3	5:11	10	5:11	20.50	44:30	2:10	25	0:06	12	3:19	
Lauf	5.00	20:28	4:05	5	2:13	26	2:50	25.50	1:04:58	2:32	3	2:19	16	3:38	