



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Babist, Thomas

□□□: 1:22:04

□□: 225

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 205 (of 336)

□□□□□/□: 169 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 35(of 42)

□□□□□□□: 1:03:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:11	26:22	34	5:02	190	5:53	0.50	13:11	26:22	34	5:02	241	5:53
Wechsel S -> R	-	4:08	-	41	2:35	221	2:52	0.50	17:19	34:37	36	7:37	200	8:15
Schwimmen □□□	0.50	17:19	34:37	36	7:37	200	8:15	0.50	17:19	34:37	36	7:37	200	8:15
Rad netto	20.00	40:14	2:00	36	7:14	185	15:45	20.50	57:33	2:48	37	14:51	241	16:05
Wechsel R -> L	-	1:34	-	41	0:59	204	1:07	20.50	59:07	2:53	37	15:34	202	17:56
Rad □□□	20.00	41:48	2:05	37	7:57	190	13:49	20.50	59:07	2:53	37	15:34	202	17:56
Lauf	5.00	22:57	4:35	14	3:33	90	5:19	25.50	1:22:04	3:13	35	18:21	169	20:44