



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Barth, Gerhard

□□□: 1:13:57

□□: SG Stern Mannheim

□□: 18

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 106 (of 336)

□□□□□/□: 94 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

Senioren 5 (TM 60)

□□□□□: 3(of 13)

□□□□□□□: 1:06:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:33	21:06	4	1:07	100	3:15	0.50	10:33	21:06	4	1:07	241	3:15
Wechsel S -> R	-	1:40	-	2	0:15	12	0:24	0.50	12:13	24:26	14	1:12	241	3:09
Schwimmen □□□	0.50	12:13	24:26	14	1:12	241	3:09	0.50	12:13	24:26	14	1:12	241	3:09
Rad netto	20.00	35:18	1:45	2	1:25	76	10:49	20.50	47:31	2:19	14	2:37	241	6:03
Wechsel R -> L	-	0:43	-	1	-	36	0:16	20.50	48:14	2:21	14	2:33	241	7:03
Rad □□□	20.00	36:01	1:48	2	1:21	69	8:02	20.50	48:14	2:21	14	2:33	241	7:03
Lauf	5.00	25:43	5:08	8	7:01	162	8:05	25.50	1:13:57	2:53	3	7:42	94	12:37