



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Strobel, Franziska

□□□: 1:11:55

□□: 269

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 82 (of 336)

□□□□□/□: 8 (of 96)

□□□□□□: 1:04:25

□□□□:

weibliche AK 2 (TW 25)

□□□□□: 3(of 15)

□□□□□□□: 1:10:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:36	21:11	4	1:14	23	2:17	0.50	10:36	21:11	16	1:14	97	2:17	
Wechsel S -> R	-	2:37	-	6	0:49	31	1:57	0.50	13:13	26:26	16	1:25	97	3:07	
Schwimmen □□□	0.50	13:13	26:26	16	1:25	97	3:07	0.50	13:13	26:26	16	1:25	97	3:07	
Rad netto	20.00	37:19	1:51	3	1:22	11	4:26	20.50	50:32	2:27	16	2:26	97	7:14	
Wechsel R -> L	-	0:59	-	8	0:30	38	0:30	20.50	51:31	2:30	16	2:56	97	7:38	
Rad □□□	20.00	38:18	1:54	3	1:47	10	4:50	20.50	51:31	2:30	16	2:56	97	7:38	
Lauf	5.00	20:24	4:04	2	1:39	3	6:01	25.50	1:11:55	2:49	3	1:53	8	7:30	