



# 13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Beck, Andreas

□□□: 1:33:19

□□: 194

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 304 (of 336)

□□□□□/□: 226 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 19(of 20)

□□□□□□□: 1:11:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:27	26:53	15	3:19	195	6:09	0.50	13:27	26:53	21	3:19	241	6:09
Wechsel S -> R	-	4:06	-	16	2:26	220	2:50	0.50	17:33	35:06	21	4:57	208	8:29
Schwimmen □□□	0.50	17:33	35:06	21	4:57	208	8:29	0.50	17:33	35:06	21	4:57	208	8:29
Rad netto	20.00	39:41	1:59	9	6:01	173	15:12	20.50	57:14	2:47	14	10:55	241	15:46
Wechsel R -> L	-	1:12	-	8	0:25	156	0:45	20.50	58:26	2:51	14	11:11	198	17:15
Rad □□□	20.00	40:53	2:02	9	6:17	172	12:54	20.50	58:26	2:51	14	11:11	198	17:15
Lauf	5.00	34:53	6:58	20	10:36	235	17:15	25.50	1:33:19	3:39	19	21:47	226	31:59