



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Moeller, Dr. Klaus-Ulrich

□□□: 1:24:55

□□: 288

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 238 (of 336)

□□□□□/□: 185 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

Senioren 6 (TM 65)

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 1:14:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:38	27:15	3	2:38	201	6:20	0.50	13:38	27:15	8	2:38	241	6:20
Wechsel S -> R	-	3:12	-	4	1:32	178	1:56	0.50	16:50	33:39	8	4:10	241	7:46
Schwimmen □□□	0.50	16:50	33:39	8	4:10	241	7:46	0.50	16:50	33:39	8	4:10	241	7:46
Rad netto	20.00	39:44	1:59	4	3:59	176	15:15	20.50	56:34	2:45	8	6:12	241	15:06
Wechsel R -> L	-	1:16	-	2	0:34	166	0:49	20.50	57:50	2:49	8	6:46	241	16:39
Rad □□□	20.00	41:00	2:02	4	4:33	173	13:01	20.50	57:50	2:49	8	6:46	241	16:39
Lauf	5.00	27:05	5:24	4	4:01	190	9:27	25.50	1:24:55	3:19	3	10:47	185	23:35