



13. Lorsche Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Schwendy, Sascha

□□□: 1:06:05

□□: SSV Mutterstadt

□□: 336

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20,0-5,0

□□□□□/□□□: 24 (of 336)

□□□□□/□: 23 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 6(of 16)

□□□□□□□: 1:01:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:40	17:19	3	1:22	12	1:22	0.50	8:40	17:19	3	1:22	12	1:22
Wechsel S -> R	-	1:52	-	7	0:31	42	0:36	0.50	10:32	21:03	3	1:10	241	1:28
Schwimmen □□□	0.50	10:32	21:03	3	1:10	241	1:28	0.50	10:32	21:03	3	1:10	241	1:28
Rad netto	20.00	34:05	1:42	8	2:22	42	9:36	20.50	44:37	2:10	6	3:09	24	3:09
Wechsel R -> L	-	0:33	-	3	0:02	7	0:06	20.50	45:10	2:12	6	2:43	241	3:59
Rad □□□	20.00	34:38	1:43	7	2:01	30	6:39	20.50	45:10	2:12	6	2:43	241	3:59
Lauf	5.00	20:55	4:11	6	3:17	42	3:17	25.50	1:06:05	2:35	6	4:11	23	4:45