



# 13. Lorsche Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Klefenz, Christian

□□□: 1:06:27

□□: ASG Tria Hockenheim

□□: 327

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 27 (of 336)

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

□□□□□/□: 26 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

□□□□□: 7(of 24)

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□□□: 1:02:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:28	18:56	7	1:33	44	2:10	0.50	9:28	18:56	25	1:33	44	2:10
Wechsel S -> R	-	1:58	-	9	0:22	55	0:42	0.50	11:26	22:52	25	0:49	241	2:22
Schwimmen □□□	0.50	11:26	22:52	25	0:49	241	2:22	0.50	11:26	22:52	25	0:49	241	2:22
Rad netto	20.00	33:23	1:40	7	8:54	23	8:54	20.50	44:49	2:11	25	1:02	27	3:21
Wechsel R -> L	-	0:42	-	6	0:08	33	0:15	20.50	45:31	2:13	25	1:07	241	4:20
Rad □□□	20.00	34:05	1:42	7	6:06	21	6:06	20.50	45:31	2:13	25	1:07	241	4:20
Lauf	5.00	20:56	4:11	7	2:41	43	3:18	25.50	1:06:27	2:36	7	3:48	26	5:07