



# 13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Adorjan, Balazs

□□□: 1:08:57

□□: 313

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 46 (of 336)

□□□□□/□: 45 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

männliche AK 1 (TM 20)

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 1:08:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:37	21:14	1	-	101	3:19	0.50	10:37	21:14	1	-	102	3:19
Wechsel S -> R	-	2:23	-	1	-	104	1:07	0.50	13:00	26:00	1	-	241	3:56
Schwimmen □□□	0.50	13:00	26:00	1	-	241	3:56	0.50	13:00	26:00	1	-	241	3:56
Rad netto	20.00	35:10	1:45	1	-	72	10:41	20.50	48:10	2:20	1	-	80	6:42
Wechsel R -> L	-	0:46	-	3	0:13	46	0:19	20.50	48:56	2:23	1	-	241	7:45
Rad □□□	20.00	35:56	1:47	1	-	67	7:57	20.50	48:56	2:23	1	-	241	7:45
Lauf	5.00	20:01	4:00	1	-	20	2:23	25.50	1:08:57	2:42	1	-	45	7:37