



13. Lorsche Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

'Team "1, 3 Wir sind dabei"'

□□□: 1:18:29

□□: 'Team "1,2,3 Wir sind dabei"'

□□: 360

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 11 (of 24)

□□□□□/□□□: 11 (of 24)

□□□□□□: 58:20

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 11(of 24)

□□□□□□□: 58:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	11:24	22:48	14	4:04	14	4:04	0.50	11:24	22:48	14	4:04	14	4:04
Wechsel S -> R	-	1:38	-	13	0:28	13	0:28	0.50	13:02	26:03	14	4:19	14	4:19
Schwimmen □□□	0.50	13:02	26:03	14	4:19	14	4:19	0.50	13:02	26:03	14	4:19	14	4:19
Rad netto	20.00	37:14	1:51	8	6:44	8	6:44	20.50	50:16	2:27	11	11:03	11	11:03
Wechsel R -> L	-	0:41	-	17	0:17	17	0:17	20.50	50:57	2:29	13	11:15	13	11:15
Rad □□□	20.00	37:55	1:53	8	6:56	8	6:56	20.50	50:57	2:29	13	11:15	13	11:15
Lauf	5.00	27:32	5:30	16	9:39	16	9:39	25.50	1:18:29	3:04	11	20:09	11	20:09