



# 13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Kärchner, Pascal

□□□: 1:21:08

□□: 383

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 195 (of 336)

□□□□□/□: 164 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 15(of 16)

□□□□□□□: 1:01:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:28	18:56	9	2:10	44	2:10	0.50	9:28	18:56	17	2:10	44	2:10
Wechsel S -> R	-	2:53	-	14	1:32	152	1:37	0.50	12:21	24:41	17	2:59	77	3:17
Schwimmen □□□	0.50	12:21	24:41	17	2:59	77	3:17	0.50	12:21	24:41	17	2:59	77	3:17
Rad netto	20.00	41:44	2:05	15	10:01	204	17:15	20.50	54:05	2:38	17	12:37	241	12:37
Wechsel R -> L	-	0:32	-	2	0:01	5	0:05	20.50	54:37	2:39	17	12:10	241	13:26
Rad □□□	20.00	42:16	2:06	15	9:39	199	14:17	20.50	54:37	2:39	17	12:10	241	13:26
Lauf	5.00	26:31	5:18	15	8:53	178	8:53	25.50	1:21:08	3:10	15	19:14	164	19:48