



# 13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

## Franky Valley Lions 2

□□□: 1:21:22

□□: Franky Valley Lions 2

□□: 354

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 14 (of 24)

□□□□□/□□□: 14 (of 24)

□□□□□□: 58:20

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 14(of 24)

□□□□□□□: 58:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	11:49	23:37	18	4:29	18	4:29	0.50	11:49	23:37	18	4:29	18	4:29
Wechsel S -> R	-	1:43	-	14	0:33	14	0:33	0.50	13:32	27:03	16	4:49	16	4:49
Schwimmen □□□	0.50	13:32	27:03	16	4:49	16	4:49	0.50	13:32	27:03	16	4:49	16	4:49
Rad netto	20.00	40:21	2:01	16	9:51	16	9:51	20.50	53:53	2:37	16	14:40	16	14:40
Wechsel R -> L	-	0:35	-	13	0:11	13	0:11	20.50	54:28	2:39	16	14:46	16	14:46
Rad □□□	20.00	40:56	2:02	16	9:57	16	9:57	20.50	54:28	2:39	16	14:46	16	14:46
Lauf	5.00	26:54	5:22	12	9:01	12	9:01	25.50	1:21:22	3:11	14	23:02	14	23:02