



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Kubach, Eberhardt

□□□: 1:40:04

□□: 361

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 319 (of 336)

□□□□□/□: 233 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 41(of 42)

□□□□□□□: 1:03:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	14:29	28:57	39	6:20	212	7:11	0.50	14:29	28:57	43	6:20	241	7:11
Wechsel S -> R	-	4:09	-	42	2:36	222	2:53	0.50	18:38	37:15	43	8:56	241	9:34
Schwimmen □□□	0.50	18:38	37:15	43	8:56	241	9:34	0.50	18:38	37:15	43	8:56	241	9:34
Rad netto	20.00	48:29	2:25	42	15:29	236	24:00	20.50	1:07:07	3:16	43	24:25	241	25:39
Wechsel R -> L	-	1:28	-	40	0:53	198	1:01	20.50	1:08:35	3:20	43	25:02	241	27:24
Rad □□□	20.00	49:57	2:29	42	16:06	234	21:58	20.50	1:08:35	3:20	43	25:02	241	27:24
Lauf	5.00	31:29	6:17	41	12:05	222	13:51	25.50	1:40:04	3:55	41	36:21	233	38:44