



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Keinert, Anna-Maria

□□□: 1:09:38

□□: MTG Mannheim Triathlon

□□: 81

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 53 (of 336)

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

□□□□□/□: 3 (of 96)

□□□□□□: 1:04:25

□□□□:

□□□□□: 1(of 14)

weibliche AK 3 (TW 30)

□□□□□□□: 1:09:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:59	19:57	4	1:40	15	1:40	0.50	9:59	19:57	4	1:40	15	1:40
Wechsel S -> R	-	2:40	-	5	0:53	39	2:00	0.50	12:39	25:18	4	2:33	19	2:33
Schwimmen □□□	0.50	12:39	25:18	4	2:33	19	2:33	0.50	12:39	25:18	4	2:33	19	2:33
Rad netto	20.00	34:04	1:42	1	-	2	1:11	20.50	46:43	2:16	1	-	3	3:25
Wechsel R -> L	-	0:49	-	4	0:12	19	0:20	20.50	47:32	2:19	1	-	3	3:39
Rad □□□	20.00	34:53	1:44	1	-	2	1:25	20.50	47:32	2:19	1	-	3	3:39
Lauf	5.00	22:06	4:25	3	7:43	10	7:43	25.50	1:09:38	2:43	1	-	3	5:13