



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Weber, Ulrike

□□□: 1:23:21

□□: TV Rheinau

□□: 79

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 222 (of 336)

□□□□□/□: 46 (of 96)

□□□□□□: 1:04:25

□□□□:

Seniorinnen 2 TW 45)

□□□□□: 7(of 11)

□□□□□□□: 1:12:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:17	26:33	9	4:23	75	4:58	0.50	13:17	26:33	12	4:23	75	4:58
Wechsel S -> R	-	2:46	-	7	0:41	47	2:06	0.50	16:03	32:06	12	5:04	70	5:57
Schwimmen □□□	0.50	16:03	32:06	12	5:04	70	5:57	0.50	16:03	32:06	12	5:04	70	5:57
Rad netto	20.00	40:38	2:01	7	3:46	42	7:45	20.50	56:41	2:45	12	8:50	55	13:23
Wechsel R -> L	-	1:54	-	10	1:04	91	1:25	20.50	58:35	2:51	12	9:18	62	14:42
Rad □□□	20.00	42:32	2:07	7	4:14	53	9:04	20.50	58:35	2:51	12	9:18	62	14:42
Lauf	5.00	24:46	4:57	4	3:22	20	10:23	25.50	1:23:21	3:16	7	10:55	46	18:56