



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Keuschen, Patrick

□□□: 1:11:00

□□: Heppenheimer Skiclub

□□: 117

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 71 (of 336)

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

□□□□□/□: 65 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

□□□□□: 13(of 39)

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□□□: 1:03:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:38	25:15	27	5:04	173	5:20	0.50	12:38	25:15	40	5:04	241	5:20
Wechsel S -> R	-	2:21	-	15	0:51	99	1:05	0.50	14:59	29:57	40	5:55	241	5:55
Schwimmen □□□	0.50	14:59	29:57	40	5:55	241	5:55	0.50	14:59	29:57	40	5:55	241	5:55
Rad netto	20.00	33:54	1:41	7	2:38	36	9:25	20.50	48:53	2:23	40	6:54	241	7:25
Wechsel R -> L	-	1:34	-	31	1:07	204	1:07	20.50	50:27	2:27	40	7:42	241	9:16
Rad □□□	20.00	35:28	1:46	9	3:20	52	7:29	20.50	50:27	2:27	40	7:42	241	9:16
Lauf	5.00	20:33	4:06	5	1:41	27	2:55	25.50	1:11:00	2:47	13	7:34	65	9:40