



13. Lorsch Triathlon

Lorsch / 14.08.2016

□□□□

Schuster, Tobias

□□□: 1:13:26

□□: Heppenheimer Skiclub

□□: 118

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 101 (of 336)

□□□□□/□: 92 (of 240)

□□□□□□: 1:01:20

□□□□:

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□: 18(of 39)

□□□□□□□: 1:03:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	14:32	29:03	33	6:58	213	7:14	0.50	14:32	29:03	40	6:58	241	7:14
Wechsel S -> R	-	2:52	-	25	1:22	150	1:36	0.50	17:24	34:47	40	8:20	241	8:20
Schwimmen □□□	0.50	17:24	34:47	40	8:20	241	8:20	0.50	17:24	34:47	40	8:20	241	8:20
Rad netto	20.00	36:43	1:50	22	5:27	112	12:14	20.50	54:07	2:38	40	12:08	241	12:39
Wechsel R -> L	-	0:27	-	1	-	1	-	20.50	54:34	2:39	40	11:49	241	13:23
Rad □□□	20.00	37:10	1:51	18	5:02	92	9:11	20.50	54:34	2:39	40	11:49	241	13:23
Lauf	5.00	18:52	3:46	1	-	10	1:14	25.50	1:13:26	2:52	18	10:00	92	12:06