



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

□□□□

Horlacher, Elisa

□□□: 1:24:08

□□: SV Nikar Heidelberg

□□: 214

□□: 25.75 km

□□□□□/□□□: 61 (of 79)

Sprint Triathlon (750 m, 20 km, 5 km)

□□□□□/□: 13 (of 19)

□□□□□□: 1:05:52

□□□□:

□□□□□: 1(of 1)

Juniorinnen (18-19 Jahre)

□□□□□□□: 1:24:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	14:57	19:56	1	-	7	4:43	0.75	14:57	19:56	1	-	7	4:43
Wechsel S -> R	-	1:11	-	1	-	3	0:16	0.75	16:08	21:30	1	-	7	4:59
Schwimmen □□□	0.75	16:08	21:30	1	-	7	4:59	0.75	16:08	21:30	1	-	7	4:59
Rad netto	20.00	37:22	1:52	1	-	10	5:19	20.75	53:30	2:34	1	-	7	10:18
Wechsel R -> L	-	1:16	-	1	-	11	0:19	20.75	54:46	2:38	1	-	7	10:37
Rad □□□	20.00	38:38	1:55	1	-	9	5:38	20.75	54:46	2:38	1	-	7	10:37
Lauf	5.00	29:22	5:52	1	-	17	9:12	25.75	1:24:08	3:16	1	-	13	18:16