



21. EWR Triathlon Lampertheim

Lampertheim / 26.06.2016

□□□□

Schmiedel, Christian

□□□: 1:07:06

□□: MTG Mannheim Triathlon

□□: 67

□□: 25.75 km

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

□□□□□/□□□: 7 (of 79)

□□□□□/□: 6 (of 60)

□□□□□□: 58:58

□□□□:

AK30 männlich (30-39 Jahre)

□□□□□: 3(of 16)

□□□□□□□: 1:03:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.75	13:05	17:26	3	2:01	11	2:10	0.75	13:05	17:26	3	2:01	11	2:10
Wechsel S -> R	-	1:07	-	3	0:11	12	0:17	0.75	14:12	18:56	3	2:12	10	2:19
Schwimmen □□□	0.75	14:12	18:56	3	2:12	10	2:19	0.75	14:12	18:56	3	2:12	10	2:19
Rad netto	20.00	31:17	1:33	2	1:33	6	3:28	20.75	45:29	2:11	3	1:58	7	5:39
Wechsel R -> L	-	0:55	-	2	0:01	4	0:12	20.75	46:24	2:14	3	1:58	7	5:44
Rad □□□	20.00	32:12	1:36	2	1:33	6	3:33	20.75	46:24	2:14	3	1:58	7	5:44
Lauf	5.00	20:42	4:08	4	1:47	7	2:24	25.75	1:07:06	2:36	3	3:36	6	8:08