



16. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2019

□□□□

Team 'Rapp, May & Koller'

□□□: 1:21:01

□□: 18.89 km/h

□□: 390

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 22 (of 31)

□□□□□□: 59:32

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 22(of 31)

□□□□□□□: 59:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	12:11	2.46	18	4:28	18	4:28	0.50	12:11	2.46	18	4:28	18	4:28
Wechsel S -> R	-	1:38	-	11	0:24	11	0:24	0.50	13:49	-	18	4:50	18	4:50
Kontrolle Rad	6.00	12:45	28.24	22	3:15	22	3:15	6.50	26:34	14.68	19	7:10	19	7:10
Kontrolle Rad	8.00	16:07	29.78	21	4:08	21	4:08	14.50	42:41	20.38	19	11:18	19	11:18
Rad Ziel	6.00	11:35	31.08	24	2:53	24	2:53	20.50	54:16	22.67	20	14:02	20	14:02
Wechsel R -> L	-	0:32	-	16	0:10	16	0:10	20.50	54:48	-	20	14:00	20	14:00
Kontrolle Lauf	2.40	11:59	12.02	18	3:50	18	3:50	22.90	1:06:47	20.57	21	17:08	21	17:08
Lauf Ziel	2.60	14:14	10.96	21	5:19	21	5:19	25.50	1:21:01	18.89	22	21:29	22	21:29