



16. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2019

□□□□

Team 'Gieser & Manteuffel'

□□□: 1:10:08

□□: 21.39 km/h

□□: 393

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 5 (of 31)

□□□□□□: 59:32

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 5(of 31)

□□□□□□□: 59:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	14:20	0.00	28	6:37	28	6:37	0.50	14:20	0.00	28	6:37	28	6:37
Wechsel S -> R	-	1:57	-	25	0:43	25	0:43	0.50	16:17	-	26	7:18	26	7:18
Kontrolle Rad	6.00	10:35	34.02	3	1:05	3	1:05	6.50	26:52	13.40	20	7:28	20	7:28
Kontrolle Rad	8.00	13:45	34.91	6	1:46	6	1:46	14.50	40:37	20.68	17	9:14	17	9:14
Rad Ziel	6.00	9:30	37.89	3	0:48	3	0:48	20.50	50:07	23.94	13	9:53	13	9:53
Wechsel R -> L	-	0:22	-	1	-	1	-	20.50	50:29	-	12	9:41	12	9:41
Kontrolle Lauf	2.40	9:24	12.77	3	1:15	3	1:15	22.90	59:53	22.04	7	10:14	7	10:14
Lauf Ziel	2.60	10:15	11.71	5	1:20	5	1:20	25.50	1:10:08	21.39	5	10:36	5	10:36