



16. Lorsch Triathlon

Lorsch / 11.08.2019

0000

Schoembs, Heiko

000: 1:03:12

00: SSG Bensheim

00: 181

00: 25.50 km

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

00000/000: 10 (of 353)

00000/0: 10 (of 269)

000000: 57:23

0000:

00000: 1(of 55)

Senioren 2 (TM 45)

0000000: 1:03:12

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Schwimmen nett	0.50	9:01	18:02	3	0:30	30	2:02	0.50	9:01	18:02	56	0:30	269	2:02
Wechsel S -> R	-	1:49	-	3	0:12	22	0:33	0.50	10:50	21:40	56	0:14	268	2:35
Schwimmen 000	0.50	10:50	21:40	56	0:14	268	2:35	0.50	10:50	21:40	56	0:14	268	2:35
Kontrolle Rad	6.00	10:16	1:42	4	0:17	11	1:02	6.50	21:06	3:14	3	0:01	14	2:23
Kontrolle Rad	8.00	12:34	1:34	3	0:07	10	0:47	14.50	33:40	2:19	56	0:07	267	2:05
Rad Ziel	6.00	9:31	1:35	6	0:16	21	0:58	20.50	43:11	2:06	3	0:21	268	2:32
Rad 0	20.00	32:21	1:37	1	23:06	1	23:48	20.50	43:11	2:06	3	0:21	268	2:32
Wechsel R -> L	-	0:48	-	11	0:16	48	0:16	20.50	43:59	2:08	3	0:28	268	2:40
Rad 000	20.00	33:09	1:39	4	0:38	10	2:44	20.50	43:59	2:08	3	0:28	268	2:40
Kontrolle Lauf	2.40	9:27	3:56	2	0:09	14	1:37	22.90	53:26	2:20	56	0:05	265	4:17
Lauf Ziel	2.60	9:46	3:45	1	-	11	1:32	25.50	1:03:12	2:28	1	-	10	5:49
Lauf 000	5.00	19:13	3:50	2	0:07	15	3:09	25.50	1:03:12	2:28	1	-	10	5:49