



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Das fröhliche Formtief

□□□: 1:12:59

□□: Das fröhliche Formtief

□□: 386

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 11 (of 24)

□□□□□□: 57:11

□□□□:

Mixed-Staffel

□□□□□: 7(of 19)

□□□□□□□: 57:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	8:09	16:18	2	0:53	3	0:58	0.50	8:09	16:18	2	0:53	3	0:58
Wechsel S -> R	20.00	1:58	0:05	16	0:51	21	0:51	20.50	10:07	0:29	2	1:12	4	1:19
Schwimmen □□□	20.50	10:07	0:29	2	1:12	4	1:19	20.50	10:07	0:29	2	1:12	4	1:19
Rad netto	-	40:45	-	12	11:50	16	11:50	20.50	50:52	2:28	10	13:02	13	13:02
Wechsel R -> L	-	0:33	-	17	0:11	22	0:11	20.50	51:25	2:30	11	13:09	14	13:09
Rad □□□	0.00	41:18	-	12	11:57	16	11:57	20.50	51:25	2:30	11	13:09	14	13:09
Lauf	5.00	21:34	4:18	6	3:40	10	3:40	25.50	1:12:59	2:51	7	15:48	11	15:48