



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Sascha Lähn

□□□: 1:17:18

□□: TSG Maxdorf

□□: 261

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 101 (of 279)

□□□□□/□: 90 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□: 13(of 29)

□□□□□□□: 1:02:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:55	17:49	1	-	13	1:07	0.50	8:55	17:49	1	-	211	1:07
Wechsel S -> R	-	2:35	-	12	1:14	71	1:14	0.50	11:30	23:00	30	1:00	23	1:43
Schwimmen □□□	0.50	11:30	23:00	30	1:00	23	1:43	0.50	11:30	23:00	30	1:00	23	1:43
Rad netto	20.00	37:33	1:52	13	7:15	96	13:20	20.50	49:03	2:23	30	7:45	211	7:54
Wechsel R -> L	-	1:53	-	29	1:16	194	1:27	20.50	50:56	2:29	30	8:49	211	9:01
Rad □□□	20.00	39:26	1:58	16	8:10	107	13:49	20.50	50:56	2:29	30	8:49	211	9:01
Lauf Ziel	5.00	26:22	5:16	19	6:03	135	8:23	25.50	1:17:18	3:01	13	14:52	90	17:24