



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Frank Deselaers

□□□: 1:20:09

□□: TV Einhausen

□□: 29

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 137 (of 279)

□□□□□/□: 120 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□: 19(of 29)

□□□□□□□: 1:02:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:17	26:33	21	4:22	167	5:29	0.50	13:17	26:33	30	4:22	167	5:29
Wechsel S -> R	-	2:13	-	6	0:52	35	0:52	0.50	15:30	31:00	19	5:00	211	5:43
Schwimmen □□□	0.50	15:30	31:00	19	5:00	211	5:43	0.50	15:30	31:00	19	5:00	211	5:43
Rad netto	20.00	41:18	2:03	25	11:00	172	17:05	20.50	56:48	2:46	24	15:30	211	15:39
Wechsel R -> L	-	0:37	-	1	-	10	0:11	20.50	57:25	2:48	23	15:18	157	15:30
Rad □□□	20.00	41:55	2:05	24	10:39	161	16:18	20.50	57:25	2:48	23	15:18	157	15:30
Lauf Ziel	5.00	22:44	4:32	7	2:25	59	4:45	25.50	1:20:09	3:08	19	17:43	120	20:15