



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Thomas Zahnleiter

□□□: 1:20:34

□□: physio3

□□: 34

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 140 (of 279)

□□□□□/□: 123 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□: 20(of 29)

□□□□□□□: 1:02:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:23	26:45	23	4:28	172	5:35	0.50	13:23	26:45	30	4:28	172	5:35
Wechsel S -> R	-	2:38	-	13	1:17	79	1:17	0.50	16:01	32:01	22	5:31	211	6:14
Schwimmen □□□	0.50	16:01	32:01	22	5:31	211	6:14	0.50	16:01	32:01	22	5:31	211	6:14
Rad netto	20.00	38:51	1:56	20	8:33	124	14:38	20.50	54:52	2:40	19	13:34	211	13:43
Wechsel R -> L	-	1:15	-	19	0:38	129	0:49	20.50	56:07	2:44	20	14:00	211	14:12
Rad □□□	20.00	40:06	2:00	20	8:50	128	14:29	20.50	56:07	2:44	20	14:00	211	14:12
Lauf Ziel	5.00	24:27	4:53	14	4:08	94	6:28	25.50	1:20:34	3:09	20	18:08	123	20:40