



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Danny Stegmann

□□□: 1:22:57

□□: BBH

□□: 315

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 163 (of 279)

□□□□□/□: 137 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□: 21(of 29)

□□□□□□□: 1:02:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:10	20:19	7	1:15	53	2:22	0.50	10:10	20:19	30	1:15	211	2:22
Wechsel S -> R	-	2:39	-	15	1:18	83	1:18	0.50	12:49	25:37	30	2:19	211	3:02
Schwimmen □□□	0.50	12:49	25:37	30	2:19	211	3:02	0.50	12:49	25:37	30	2:19	211	3:02
Rad netto	20.00	43:35	2:10	27	13:17	189	19:22	20.50	56:24	2:45	30	15:06	211	15:15
Wechsel R -> L	-	1:26	-	25	0:49	160	1:00	20.50	57:50	2:49	30	15:43	211	15:55
Rad □□□	20.00	45:01	2:15	27	13:45	190	19:24	20.50	57:50	2:49	30	15:43	211	15:55
Lauf Ziel	5.00	25:07	5:01	16	4:48	109	7:08	25.50	1:22:57	3:15	21	20:31	137	23:03