



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Jörn Schlichting

□□□: 1:09:11

□□: 18

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 29 (of 279)

□□□□□/□: 28 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 4(of 28)

□□□□□□□: 1:03:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:01	24:02	16	3:28	130	4:13	0.50	12:01	24:02	29	3:28	130	4:13
Wechsel S -> R	-	2:28	-	9	0:38	63	1:07	0.50	14:29	28:57	29	3:32	211	4:42
Schwimmen □□□	0.50	14:29	28:57	29	3:32	211	4:42	0.50	14:29	28:57	29	3:32	211	4:42
Rad netto	20.00	33:53	1:41	4	2:59	22	9:40	20.50	48:22	2:21	29	6:31	211	7:13
Wechsel R -> L	-	1:04	-	11	0:32	92	0:38	20.50	49:26	2:24	29	6:24	211	7:31
Rad □□□	20.00	34:57	1:44	4	2:52	23	9:20	20.50	49:26	2:24	29	6:24	211	7:31
Lauf Ziel	5.00	19:45	3:57	2	0:01	9	1:46	25.50	1:09:11	2:42	4	5:22	28	9:17