



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Christian Lang

□□□: 1:09:52

□□: LT Hemsbach

□□: 307

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 32 (of 279)

□□□□□/□: 31 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 5(of 28)

□□□□□□□: 1:03:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:19	20:37	6	1:46	61	2:31	0.50	10:19	20:37	29	1:46	211	2:31
Wechsel S -> R	-	2:32	-	11	0:42	68	1:11	0.50	12:51	25:41	29	1:54	211	3:04
Schwimmen □□□	0.50	12:51	25:41	29	1:54	211	3:04	0.50	12:51	25:41	29	1:54	211	3:04
Rad netto	20.00	35:58	1:47	9	5:04	62	11:45	20.50	48:49	2:22	29	6:58	211	7:40
Wechsel R -> L	-	1:11	-	16	0:39	113	0:45	20.50	50:00	2:26	29	6:58	211	8:05
Rad □□□	20.00	37:09	1:51	8	5:04	67	11:32	20.50	50:00	2:26	29	6:58	211	8:05
Lauf Ziel	5.00	19:52	3:58	3	0:08	11	1:53	25.50	1:09:52	2:44	5	6:03	31	9:58