



# 17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

## Frank Behrens

□□□: 1:19:39

□□: LA Asphaltcowboys

□□: 189

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 131 (of 279)

□□□□□/□: 115 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 15(of 28)

□□□□□□□: 1:03:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:10	24:19	17	3:37	136	4:22	0.50	12:10	24:19	17	3:37	211	4:22
Wechsel S -> R	-	4:35	-	26	2:45	196	3:14	0.50	16:45	33:30	21	5:48	211	6:58
Schwimmen □□□	0.50	16:45	33:30	21	5:48	211	6:58	0.50	16:45	33:30	21	5:48	211	6:58
Rad netto	20.00	37:41	1:53	15	6:47	99	13:28	20.50	54:26	2:39	17	12:35	211	13:17
Wechsel R -> L	-	1:13	-	19	0:41	122	0:47	20.50	55:39	2:42	17	12:37	211	13:44
Rad □□□	20.00	38:54	1:56	14	6:49	96	13:17	20.50	55:39	2:42	17	12:37	211	13:44
Lauf Ziel	5.00	24:00	4:47	11	4:16	82	6:01	25.50	1:19:39	3:07	15	15:50	115	19:45