



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Uwe Träutlein

□□□: 1:22:46

□□: 193

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 161 (of 279)

□□□□□/□: 136 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 20(of 28)

□□□□□□□: 1:03:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:22	24:44	18	3:49	142	4:34	0.50	12:22	24:44	18	3:49	211	4:34
Wechsel S -> R	-	3:47	-	22	1:57	171	2:26	0.50	16:09	32:17	19	5:12	211	6:22
Schwimmen □□□	0.50	16:09	32:17	19	5:12	211	6:22	0.50	16:09	32:17	19	5:12	211	6:22
Rad netto	20.00	40:41	2:02	23	9:47	158	16:28	20.50	56:50	2:46	21	14:59	211	15:41
Wechsel R -> L	-	0:52	-	5	0:20	52	0:26	20.50	57:42	2:48	21	14:40	211	15:47
Rad □□□	20.00	41:33	2:04	22	9:28	157	15:56	20.50	57:42	2:48	21	14:40	211	15:47
Lauf Ziel	5.00	25:04	5:00	15	5:20	107	7:05	25.50	1:22:46	3:14	20	18:57	136	22:52