



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Ralf Fabian

□□□: 1:05:27

□□: SSG Bensheim

□□: 262

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 10 (of 279)

□□□□□/□: 10 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 1(of 37)

□□□□□□□: 1:05:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:05	18:10	3	1:17	17	1:17	0.50	9:05	18:10	38	1:17	211	1:17
Wechsel S -> R	-	1:49	-	1	-	11	0:28	0.50	10:54	21:48	1	-	12	1:07
Schwimmen □□□	0.50	10:54	21:48	1	-	12	1:07	0.50	10:54	21:48	1	-	12	1:07
Rad netto	20.00	33:07	1:39	2	0:12	14	8:54	20.50	44:01	2:08	1	-	211	2:52
Wechsel R -> L	-	0:48	-	4	0:11	36	0:22	20.50	44:49	2:11	1	-	211	2:54
Rad □□□	20.00	33:55	1:41	1	-	12	8:18	20.50	44:49	2:11	1	-	211	2:54
Lauf Ziel	5.00	20:38	4:07	2	0:23	19	2:39	25.50	1:05:27	2:34	1	-	10	5:33