



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Ulrich Kochendörfer

□□□: 1:13:59

□□: Team DRDA

□□: 206

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 58 (of 279)

□□□□□/□: 54 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 8(of 37)

□□□□□□□: 1:05:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:11	20:22	9	2:23	56	2:23	0.50	10:11	20:22	38	2:23	211	2:23
Wechsel S -> R	-	3:24	-	27	1:35	148	2:03	0.50	13:35	27:10	38	2:41	211	3:48
Schwimmen □□□	0.50	13:35	27:10	38	2:41	211	3:48	0.50	13:35	27:10	38	2:41	211	3:48
Rad netto	20.00	35:36	1:46	10	2:41	57	11:23	20.50	49:11	2:23	38	5:10	59	8:02
Wechsel R -> L	-	0:56	-	8	0:19	63	0:30	20.50	50:07	2:26	38	5:18	211	8:12
Rad □□□	20.00	36:32	1:49	7	2:37	53	10:55	20.50	50:07	2:26	38	5:18	211	8:12
Lauf Ziel	5.00	23:52	4:46	10	3:37	76	5:53	25.50	1:13:59	2:54	8	8:32	54	14:05