



17. Lorsche Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Hans-Jürgen Erhard

□□□: 1:19:05

□□: TV Eppelheim

□□: 47

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20,0-5,0

□□□□□/□□□: 121 (of 279)

□□□□□/□: 107 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 17(of 37)

□□□□□□□: 1:05:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:09	24:18	21	4:21	134	4:21	0.50	12:09	24:18	21	4:21	134	4:21
Wechsel S -> R	-	2:38	-	13	0:49	79	1:17	0.50	14:47	29:33	38	3:53	211	5:00
Schwimmen □□□	0.50	14:47	29:33	38	3:53	211	5:00	0.50	14:47	29:33	38	3:53	211	5:00
Rad netto	20.00	39:30	1:58	24	6:35	139	15:17	20.50	54:17	2:38	38	10:16	211	13:08
Wechsel R -> L	-	0:53	-	6	0:16	54	0:27	20.50	55:10	2:41	38	10:21	211	13:15
Rad □□□	20.00	40:23	2:01	24	6:28	135	14:46	20.50	55:10	2:41	38	10:21	211	13:15
Lauf Ziel	5.00	23:55	4:46	11	3:40	78	5:56	25.50	1:19:05	3:06	17	13:38	107	19:11