



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Robert Glanzner

□□□: 1:23:41

□□: 271

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 175 (of 279)

□□□□□/□: 146 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 24(of 37)

□□□□□□□: 1:05:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:20	20:40	11	2:32	62	2:32	0.50	10:20	20:40	38	2:32	211	2:32
Wechsel S -> R	-	3:18	-	25	1:29	143	1:57	0.50	13:38	27:15	38	2:44	211	3:51
Schwimmen □□□	0.50	13:38	27:15	38	2:44	211	3:51	0.50	13:38	27:15	38	2:44	211	3:51
Rad netto	20.00	40:54	2:02	27	7:59	162	16:41	20.50	54:32	2:39	38	10:31	211	13:23
Wechsel R -> L	-	1:31	-	28	0:54	171	1:05	20.50	56:03	2:44	38	11:14	211	14:08
Rad □□□	20.00	42:25	2:07	27	8:30	171	16:48	20.50	56:03	2:44	38	11:14	211	14:08
Lauf Ziel	5.00	27:38	5:31	26	7:23	151	9:39	25.50	1:23:41	3:16	24	18:14	146	23:47