



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Johan Willems

□□□: 1:14:02

□□: 264

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 60 (of 279)

□□□□□/□: 55 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 5 (TM 60)

□□□□□: 3(of 12)

□□□□□□□: 1:11:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:00	22:00	3	1:15	88	3:12	0.50	11:00	22:00	3	1:15	211	3:12
Wechsel S -> R	-	2:34	-	2	0:38	69	1:13	0.50	13:34	27:07	13	1:16	79	3:47
Schwimmen □□□	0.50	13:34	27:07	13	1:16	79	3:47	0.50	13:34	27:07	13	1:16	79	3:47
Rad netto	20.00	35:57	1:47	4	11:44	61	11:44	20.50	49:31	2:24	4	8:19	211	8:22
Wechsel R -> L	-	1:11	-	6	0:36	113	0:45	20.50	50:42	2:28	4	8:06	211	8:47
Rad □□□	20.00	37:08	1:51	4	11:31	66	11:31	20.50	50:42	2:28	4	8:06	211	8:47
Lauf Ziel	5.00	23:20	4:39	1	-	67	5:21	25.50	1:14:02	2:54	3	2:10	55	14:08