



# 17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Hanns-Christian Wüstner

□□□: 1:25:00

□□: 269

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 186 (of 279)

□□□□□/□: 152 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 5 (TM 60)

□□□□□: 6(of 12)

□□□□□□□: 1:11:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:12	26:23	9	3:27	164	5:24	0.50	13:12	26:23	9	3:27	211	5:24
Wechsel S -> R	-	3:40	-	8	1:44	166	2:19	0.50	16:52	33:44	13	4:34	171	7:05
Schwimmen □□□	0.50	16:52	33:44	13	4:34	171	7:05	0.50	16:52	33:44	13	4:34	171	7:05
Rad netto	20.00	43:05	2:09	12	18:52	188	18:52	20.50	59:57	2:55	11	18:45	211	18:48
Wechsel R -> L	-	0:35	-	1	-	6	0:09	20.50	1:00:32	2:57	11	17:56	211	18:37
Rad □□□	20.00	43:40	2:10	12	18:03	183	18:03	20.50	1:00:32	2:57	11	17:56	211	18:37
Lauf Ziel	5.00	24:28	4:53	3	1:08	95	6:29	25.50	1:25:00	3:20	6	13:08	152	25:06