



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Gerd Schneider

□□□: 1:29:08

□□: 316

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 215 (of 279)

□□□□□/□: 169 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 6 (TM 65)

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 1:10:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:48	23:36	4	2:02	121	4:00	0.50	11:48	23:36	11	2:02	211	4:00
Wechsel S -> R	-	4:44	-	10	3:02	200	3:23	0.50	16:32	33:04	11	4:57	211	6:45
Schwimmen □□□	0.50	16:32	33:04	11	4:57	211	6:45	0.50	16:32	33:04	11	4:57	211	6:45
Rad netto	20.00	39:26	1:58	4	4:33	137	15:13	20.50	55:58	2:43	11	9:30	211	14:49
Wechsel R -> L	-	1:15	-	4	0:24	129	0:49	20.50	57:13	2:47	11	9:54	211	15:18
Rad □□□	20.00	40:41	2:02	4	4:57	139	15:04	20.50	57:13	2:47	11	9:54	211	15:18
Lauf Ziel	5.00	31:55	6:23	6	8:40	191	13:56	25.50	1:29:08	3:29	4	18:34	169	29:14