



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Dieter Kary

□□□: 1:14:09

□□: 218

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 64 (of 279)

□□□□□/□: 59 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 7 (TM 70)

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 1:14:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:42	21:23	1	-	76	2:54	0.50	10:42	21:23	1	-	211	2:54	
Wechsel S -> R	-	2:17	-	1	-	41	0:56	0.50	12:59	25:57	1	-	61	3:12	
Schwimmen □□□	0.50	12:59	25:57	1	-	61	3:12	0.50	12:59	25:57	1	-	61	3:12	
Rad netto	20.00	36:35	1:49	1	-	78	12:22	20.50	49:34	2:25	1	-	211	8:25	
Wechsel R -> L	-	0:56	-	1	-	63	0:30	20.50	50:30	2:27	1	-	211	8:35	
Rad □□□	20.00	37:31	1:52	1	-	77	11:54	20.50	50:30	2:27	1	-	211	8:35	
Lauf Ziel	5.00	23:39	4:43	1	-	71	5:40	25.50	1:14:09	2:54	1	-	59	14:15	