



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Sandra Erning

□□□: 1:19:11

□□: 101

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 122 (of 279)

□□□□□/□: 15 (of 69)

□□□□□□: 1:06:39

□□□□:

Seniorinnen 3 (TW 50)

□□□□□: 2(of 10)

□□□□□□□: 1:11:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:34	25:07	4	2:32	35	4:48	0.50	12:34	25:07	11	2:32	70	4:48
Wechsel S -> R	-	2:37	-	4	0:32	23	0:55	0.50	15:11	30:22	11	2:56	70	5:15
Schwimmen □□□	0.50	15:11	30:22	11	2:56	70	5:15	0.50	15:11	30:22	11	2:56	70	5:15
Rad netto	20.00	37:25	1:52	3	0:17	6	2:18	20.50	52:36	2:33	11	3:07	19	7:12
Wechsel R -> L	-	1:13	-	8	0:35	41	0:35	20.50	53:49	2:37	11	3:29	21	7:27
Rad □□□	20.00	38:38	1:55	3	0:33	8	2:33	20.50	53:49	2:37	11	3:29	21	7:27
Lauf Ziel	5.00	25:22	5:04	3	3:44	17	5:05	25.50	1:19:11	3:06	2	7:13	15	12:32