



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Jannik Ehrenfels

□□□: 1:16:54

□□: 148

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 96 (of 279)

□□□□□/□: 85 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

männliche AK 3 (TM 30)

□□□□□: 7(of 17)

□□□□□□□: 59:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:10	20:19	7	1:15	53	2:22	0.50	10:10	20:19	18	1:15	211	2:22	
Wechsel S -> R	-	2:37	-	6	1:09	76	1:16	0.50	12:47	25:33	6	2:22	211	3:00	
Schwimmen □□□	0.50	12:47	25:33	6	2:22	211	3:00	0.50	12:47	25:33	6	2:22	211	3:00	
Rad netto	20.00	37:53	1:53	7	7:09	102	13:40	20.50	50:40	2:28	6	9:31	81	9:31	
Wechsel R -> L	-	1:02	-	10	0:32	82	0:36	20.50	51:42	2:31	6	9:47	80	9:47	
Rad □□□	20.00	38:55	1:56	7	7:25	97	13:18	20.50	51:42	2:31	6	9:47	80	9:47	
Lauf Ziel	5.00	25:12	5:02	11	7:13	112	7:13	25.50	1:16:54	3:00	7	17:00	85	17:00	