



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Sascha Dech

□□□: 1:13:18

□□: RSC Pedalo Weiterstadt

□□: 253

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 56 (of 279)

□□□□□/□: 52 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□: 9(of 24)

□□□□□□□: 1:03:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:52	21:44	13	2:47	84	3:04	0.50	10:52	21:44	13	2:47	85	3:04
Wechsel S -> R	-	2:52	-	16	1:09	109	1:31	0.50	13:44	27:27	25	3:13	88	3:57
Schwimmen □□□	0.50	13:44	27:27	25	3:13	88	3:57	0.50	13:44	27:27	25	3:13	88	3:57
Rad netto	20.00	37:54	1:53	15	5:07	103	13:41	20.50	51:38	2:31	25	7:45	211	10:29
Wechsel R -> L	-	1:57	-	24	1:15	197	1:31	20.50	53:35	2:36	25	8:42	211	11:40
Rad □□□	20.00	39:51	1:59	16	5:48	121	14:14	20.50	53:35	2:36	25	8:42	211	11:40
Lauf Ziel	5.00	19:43	3:56	3	0:55	7	1:44	25.50	1:13:18	2:52	9	9:36	52	13:24