



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Daniel Kiefer

□□□: 1:26:59

□□: 319

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 201 (of 279)

□□□□□/□: 162 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□: 21(of 24)

□□□□□□□: 1:03:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:34	23:07	20	3:29	113	3:46	0.50	11:34	23:07	25	3:29	211	3:46
Wechsel S -> R	-	3:52	-	21	2:09	174	2:31	0.50	15:26	30:52	25	4:55	211	5:39
Schwimmen □□□	0.50	15:26	30:52	25	4:55	211	5:39	0.50	15:26	30:52	25	4:55	211	5:39
Rad netto	20.00	43:59	2:11	22	11:12	193	19:46	20.50	59:25	2:53	25	15:32	211	18:16
Wechsel R -> L	-	1:20	-	17	0:38	140	0:54	20.50	1:00:45	2:57	25	15:52	211	18:50
Rad □□□	20.00	45:19	2:15	22	11:16	193	19:42	20.50	1:00:45	2:57	25	15:52	211	18:50
Lauf Ziel	5.00	26:14	5:14	20	7:26	132	8:15	25.50	1:26:59	3:24	21	23:17	162	27:05