



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Ruben Gärtner

□□□: 1:18:45

□□: LCO Lorsch

□□: 160

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 116 (of 279)

□□□□□/□: 102 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

männliche Jugend B (TM 14/15)

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:18:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:27	20:53	1	-	67	2:39	0.50	10:27	20:53	1	-	211	2:39
Wechsel S -> R	-	3:12	-	1	-	138	1:51	0.50	13:39	27:18	1	-	211	3:52
Schwimmen □□□	0.50	13:39	27:18	1	-	211	3:52	0.50	13:39	27:18	1	-	211	3:52
Rad netto	20.00	40:49	2:02	1	-	161	16:36	20.50	54:28	2:39	1	-	136	13:19
Wechsel R -> L	-	0:26	-	1	-	1	-	20.50	54:54	2:40	1	-	120	12:59
Rad □□□	20.00	41:15	2:03	1	-	151	15:38	20.50	54:54	2:40	1	-	120	12:59
Lauf Ziel	5.00	23:51	4:46	1	-	75	5:52	25.50	1:18:45	3:05	1	-	102	18:51