



17. Lorsch Triathlon

Lorsch / 21.08.2022

□□□□

Patrick Zarembowicz

□□□: 1:07:10

□□: 244

□□: 25.50 km

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

□□□□□/□□□: 16 (of 279)

□□□□□/□: 15 (of 210)

□□□□□□: 59:54

□□□□:

Senioren 1 (TM 40)

□□□□□: 2(of 13)

□□□□□□□: 1:05:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:43	17:26	1	-	10	0:55	0.50	8:43	17:26	1	-	211	0:55	
Wechsel S -> R	-	1:49	-	1	-	11	0:28	0.50	10:32	21:03	1	-	7	0:45	
Schwimmen □□□	0.50	10:32	21:03	1	-	7	0:45	0.50	10:32	21:03	1	-	7	0:45	
Rad netto	20.00	33:34	1:40	2	1:44	19	9:21	20.50	44:06	2:09	14	0:43	211	2:57	
Wechsel R -> L	-	0:48	-	1	-	36	0:22	20.50	44:54	2:11	14	0:19	211	2:59	
Rad □□□	20.00	34:22	1:43	2	1:20	17	8:45	20.50	44:54	2:11	14	0:19	211	2:59	
Lauf Ziel	5.00	22:16	4:27	3	1:28	51	4:17	25.50	1:07:10	2:38	2	1:32	15	7:16	