



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Rocket

□□□: 1:18:19

□□: 380

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 24 (of 42)

□□□□□□: 58:28

□□□□:

Mixed-Staffel

□□□□□: 16(of 25)

□□□□□□□: 58:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	9:26	18:52	7	2:21	10	2:21	0.50	9:26	18:52	7	2:21	10	2:21
Wechsel S -> R	-	1:53	-	20	0:38	33	0:44	0.50	11:19	22:37	7	2:57	12	2:57
Schwimmen □□□	0.50	11:19	22:37	7	2:57	12	2:57	0.50	11:19	22:37	7	2:57	12	2:57
Rad netto	20.00	47:21	2:22	24	17:45	39	17:45	20.50	58:40	2:51	24	20:16	38	20:16
Wechsel R -> L	-	0:29	-	6	0:05	8	0:05	20.50	59:09	2:53	24	20:12	38	20:12
Rad □□□	20.00	47:50	2:23	24	17:41	39	17:41	20.50	59:09	2:53	24	20:12	38	20:12
Lauf	5.00	19:10	3:50	5	1:57	6	3:47	25.50	1:18:19	3:04	16	19:51	24	19:51