



18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Feuer und Flamme für Hessen

□□□: 1:26:53

□□: Stefanie Wilkening, Oliver Wilkening, Susanne Marx

□□: 420

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 37 (of 42)

□□□□□□: 58:28

□□□□:

Mixed-Staffel

□□□□□: 23(of 25)

□□□□□□□: 58:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	13:31	27:02	21	6:26	33	6:26	0.50	13:31	27:02	21	6:26	33	6:26
Wechsel S -> R	-	1:56	-	22	0:41	35	0:47	0.50	15:27	30:53	21	7:05	33	7:05
Schwimmen □□□	0.50	15:27	30:53	21	7:05	33	7:05	0.50	15:27	30:53	21	7:05	33	7:05
Rad netto	20.00	39:24	1:58	16	9:48	26	9:48	20.50	54:51	2:40	20	16:27	32	16:27
Wechsel R -> L	-	0:34	-	18	0:10	26	0:10	20.50	55:25	2:42	20	16:28	32	16:28
Rad □□□	20.00	39:58	1:59	16	9:49	26	9:49	20.50	55:25	2:42	20	16:28	32	16:28
Lauf	5.00	31:28	6:17	22	14:15	36	16:05	25.50	1:26:53	3:24	23	28:25	37	28:25