



18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Alexander Junkermann

□□□: 1:25:58

□□: 285

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 238 (of 343)

□□□□□/□: 195 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche AK 1 (TM 20)

□□□□□: 11(of 15)

□□□□□□□: 1:06:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:48	19:36	4	1:11	52	2:51	0.50	9:48	19:36	16	1:11	263	2:51
Wechsel S -> R	-	3:37	-	13	2:00	218	2:21	0.50	13:25	26:49	16	3:11	263	4:59
Schwimmen □□□	0.50	13:25	26:49	16	3:11	263	4:59	0.50	13:25	26:49	16	3:11	263	4:59
Rad netto	20.00	43:55	2:11	14	19:31	230	19:31	20.50	57:20	2:47	16	17:47	263	19:04
Wechsel R -> L	-	0:36	-	3	0:04	11	0:09	20.50	57:56	2:49	16	17:38	263	18:48
Rad □□□	20.00	44:31	2:13	13	19:22	227	19:22	20.50	57:56	2:49	16	17:38	263	18:48
Lauf Ziel	5.00	28:02	5:36	14	28:02	191	28:02	25.50	1:25:58	3:22	11	19:58	195	27:26