



# 18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Oliver Gülzow

□□□: 1:19:42

□□: 348

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 164 (of 343)

□□□□□/□: 142 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche Junioren (TM 18/19)

□□□□□: 8(of 11)

□□□□□□□: 1:05:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:05	24:10	6	2:43	162	5:08	0.50	12:05	24:10	12	2:43	162	5:08	
Wechsel S -> R	-	3:52	-	11	1:58	230	2:36	0.50	15:57	31:53	12	4:40	206	7:31	
Schwimmen □□□	0.50	15:57	31:53	12	4:40	206	7:31	0.50	15:57	31:53	12	4:40	206	7:31	
Rad netto	20.00	37:43	1:53	7	4:33	140	13:19	20.50	53:40	2:37	12	8:38	156	15:24	
Wechsel R -> L	-	0:50	-	6	0:23	59	0:23	20.50	54:30	2:39	12	9:01	151	15:22	
Rad □□□	20.00	38:33	1:55	7	4:21	127	13:24	20.50	54:30	2:39	12	9:01	151	15:22	
Lauf Ziel	5.00	25:12	5:02	8	5:23	148	25:12	25.50	1:19:42	3:07	8	14:24	142	21:10	