



# 18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Christian Klefenz

□□□: 1:02:12

□□: ASG Tria Hockenheim

□□: 333

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 4 (of 343)

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□: 4 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

□□□□□: 2(of 22)

Senioren 1 (TM 40)

□□□□□□□: 1:00:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:51	17:41	5	1:16	18	1:54	0.50	8:51	17:41	23	1:16	18	1:54	
Wechsel S -> R	-	1:46	-	5	0:11	21	0:30	0.50	10:37	21:14	23	0:36	11	2:11	
Schwimmen □□□	0.50	10:37	21:14	23	0:36	11	2:11	0.50	10:37	21:14	23	0:36	11	2:11	
Rad netto	20.00	31:17	1:33	2	0:26	6	6:53	20.50	41:54	2:02	23	0:55	8	3:38	
Wechsel R -> L	-	0:43	-	2	0:13	35	0:16	20.50	42:37	2:04	23	1:08	6	3:29	
Rad □□□	20.00	32:00	1:36	2	0:39	6	6:51	20.50	42:37	2:04	23	1:08	6	3:29	
Lauf Ziel	5.00	19:35	3:54	3	1:01	20	19:35	25.50	1:02:12	2:26	2	2:09	4	3:40	