



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

René Storck

□□□: 1:06:44

□□: SF Tria Rossdorf

□□: 196

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 26 (of 343)

□□□□□/□: 24 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 1 (TM 40)

□□□□□: 5(of 22)

□□□□□□□: 1:00:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:32	19:03	11	1:57	40	2:35	0.50	9:32	19:03	11	1:57	263	2:35
Wechsel S -> R	-	1:54	-	6	0:19	27	0:38	0.50	11:26	22:52	9	1:25	263	3:00
Schwimmen □□□	0.50	11:26	22:52	9	1:25	263	3:00	0.50	11:26	22:52	9	1:25	263	3:00
Rad netto	20.00	33:44	1:41	5	2:53	30	9:20	20.50	45:10	2:12	7	4:11	263	6:54
Wechsel R -> L	-	0:50	-	5	0:20	59	0:23	20.50	46:00	2:14	23	4:31	263	6:52
Rad □□□	20.00	34:34	1:43	5	3:13	28	9:25	20.50	46:00	2:14	23	4:31	263	6:52
Lauf Ziel	5.00	20:44	4:08	7	2:10	42	20:44	25.50	1:06:44	2:37	5	6:41	24	8:12