



18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Marc Geib

□□□: 1:10:00

□□: 251

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 53 (of 343)

□□□□□/□: 49 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 1 (TM 40)

□□□□□: 10(of 22)

□□□□□□□: 1:00:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:41	19:22	13	2:06	47	2:44	0.50	9:41	19:22	23	2:06	263	2:44
Wechsel S -> R	-	2:06	-	9	0:31	51	0:50	0.50	11:47	23:33	23	1:46	263	3:21
Schwimmen □□□	0.50	11:47	23:33	23	1:46	263	3:21	0.50	11:47	23:33	23	1:46	263	3:21
Rad netto	20.00	34:15	1:42	7	3:24	44	9:51	20.50	46:02	2:14	23	5:03	263	7:46
Wechsel R -> L	-	1:09	-	15	0:39	140	0:42	20.50	47:11	2:18	23	5:42	263	8:03
Rad □□□	20.00	35:24	1:46	9	4:03	47	10:15	20.50	47:11	2:18	23	5:42	263	8:03
Lauf Ziel	5.00	22:49	4:33	13	4:15	93	22:49	25.50	1:10:00	2:44	10	9:57	49	11:28