



18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Sebastian Weißwange

□□□: 1:07:54

□□: TSCV Amicitia Viernheim

□□: 49

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 35 (of 343)

□□□□□/□: 32 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□: 5(of 30)

□□□□□□□: 1:03:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:07	20:14	9	1:27	67	3:10	0.50	10:07	20:14	9	1:27	263	3:10
Wechsel S -> R	-	2:18	-	9	0:39	69	1:02	0.50	12:25	24:49	7	1:35	263	3:59
Schwimmen □□□	0.50	12:25	24:49	7	1:35	263	3:59	0.50	12:25	24:49	7	1:35	263	3:59
Rad netto	20.00	33:19	1:39	3	1:24	23	8:55	20.50	45:44	2:13	31	1:19	263	7:28
Wechsel R -> L	-	1:07	-	14	0:28	133	0:40	20.50	46:51	2:17	31	1:24	263	7:43
Rad □□□	20.00	34:26	1:43	3	1:29	23	9:17	20.50	46:51	2:17	31	1:24	263	7:43
Lauf Ziel	5.00	21:03	4:12	5	2:52	51	21:03	25.50	1:07:54	2:39	5	4:16	32	9:22