



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Martin Schmidtke

□□□: 1:02:16

□□: Bergsträßer Drachenflieger

□□: 360

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 6 (of 343)

□□□□□/□: 6 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 1(of 32)

□□□□□□□: 1:02:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:46	17:32	2	0:06	16	1:49	0.50	8:46	17:32	33	0:06	16	1:49
Wechsel S -> R	-	1:32	-	2	0:10	5	0:16	0.50	10:18	20:36	33	0:02	10	1:52
Schwimmen □□□	0.50	10:18	20:36	33	0:02	10	1:52	0.50	10:18	20:36	33	0:02	10	1:52
Rad netto	20.00	31:26	1:34	2	0:34	7	7:02	20.50	41:44	2:02	33	0:36	5	3:28
Wechsel R -> L	-	0:56	-	9	0:25	83	0:29	20.50	42:40	2:04	33	0:53	8	3:32
Rad □□□	20.00	32:22	1:37	3	0:51	8	7:13	20.50	42:40	2:04	33	0:53	8	3:32
Lauf Ziel	5.00	19:36	3:55	1	-	21	19:36	25.50	1:02:16	2:26	1	-	6	3:44