



18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Jörn Schlichting

□□□: 1:07:20

□□: 274

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 29 (of 343)

□□□□□/□: 27 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 5(of 32)

□□□□□□□: 1:02:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:39	21:18	9	1:59	90	3:42	0.50	10:39	21:18	33	1:59	263	3:42
Wechsel S -> R	-	2:20	-	7	0:58	72	1:04	0.50	12:59	25:57	33	2:43	263	4:33
Schwimmen □□□	0.50	12:59	25:57	33	2:43	263	4:33	0.50	12:59	25:57	33	2:43	263	4:33
Rad netto	20.00	33:04	1:39	5	2:12	16	8:40	20.50	46:03	2:14	33	4:55	263	7:47
Wechsel R -> L	-	1:03	-	14	0:32	121	0:36	20.50	47:06	2:17	33	5:19	39	7:58
Rad □□□	20.00	34:07	1:42	5	2:36	18	8:58	20.50	47:06	2:17	33	5:19	39	7:58
Lauf Ziel	5.00	20:14	4:02	3	0:38	33	20:14	25.50	1:07:20	2:38	5	5:04	27	8:48