



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Andreas Hoger

□□□: 1:19:17

□□: 162

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 160 (of 343)

□□□□□/□: 140 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 14(of 32)

□□□□□□□: 1:02:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:56	25:52	24	4:16	203	5:59	0.50	12:56	25:52	24	4:16	263	5:59
Wechsel S -> R	-	3:30	-	26	2:08	208	2:14	0.50	16:26	32:52	33	6:10	263	8:00
Schwimmen □□□	0.50	16:26	32:52	33	6:10	263	8:00	0.50	16:26	32:52	33	6:10	263	8:00
Rad netto	20.00	37:36	1:52	14	6:44	137	13:12	20.50	54:02	2:38	33	12:54	263	15:46
Wechsel R -> L	-	0:49	-	8	0:18	57	0:22	20.50	54:51	2:40	33	13:04	263	15:43
Rad □□□	20.00	38:25	1:55	11	6:54	122	13:16	20.50	54:51	2:40	33	13:04	263	15:43
Lauf Ziel	5.00	24:26	4:53	9	4:50	124	24:26	25.50	1:19:17	3:06	14	17:01	140	20:45