



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

XXXX

Joerg Frank

XXX: 1:09:05

XX: Eintracht Frankfurt e. V. - Triathlon

XX: 297

XX: 25.50 km

XXXXXX/XXX: 45 (of 343)

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

XXXXXX/XX: 42 (of 262)

XXXXXX: 58:32

XXXX:

XXXXXX: 4(of 31)

Senioren 4 (TM 55)

XXXXXX: 1:07:05

XXXX

XXXX

XXX

XXX	XXXX							XXXX							XXX
	km	XX	min/km	-	-	XX	XX	km	XX	min/km	-	-	XX	XX	
Schwimmen nett	0.50	9:18	18:36	3	0:17	32	2:21	0.50	9:18	18:36	32	0:17	263	2:21	
Wechsel S -> R	-	1:44	-	2	0:03	19	0:28	0.50	11:02	22:03	1	-	263	2:36	
Schwimmen XXX	0.50	11:02	22:03	1	-	263	2:36	0.50	11:02	22:03	1	-	263	2:36	
Rad netto	20.00	36:26	1:49	10	3:24	95	12:02	20.50	47:28	2:18	32	2:19	263	9:12	
Wechsel R -> L	-	0:38	-	1	-	16	0:11	20.50	48:06	2:20	32	2:03	263	8:58	
Rad XXX	20.00	37:04	1:51	8	3:06	85	11:55	20.50	48:06	2:20	32	2:03	263	8:58	
Lauf Ziel	5.00	20:59	4:11	2	20:59	47	20:59	25.50	1:09:05	2:42	4	2:00	42	10:33	