



18 Lorscher Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Thomas Klotz

□□□: 1:21:09

□□: Team Erdinger Alkoholfrei

□□: 9

□□: 25.50 km

Lorscher Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 174 (of 343)

□□□□□/□: 153 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 15(of 31)

□□□□□□□: 1:07:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	14:22	28:44	26	5:21	235	7:25	0.50	14:22	28:44	32	5:21	263	7:25	
Wechsel S -> R	-	3:53	-	29	2:12	232	2:37	0.50	18:15	36:30	32	7:13	263	9:49	
Schwimmen □□□	0.50	18:15	36:30	32	7:13	263	9:49	0.50	18:15	36:30	32	7:13	263	9:49	
Rad netto	20.00	39:37	1:58	19	6:35	176	15:13	20.50	57:52	2:49	32	12:43	263	19:36	
Wechsel R -> L	-	1:49	-	26	1:11	234	1:22	20.50	59:41	2:54	32	13:38	263	20:33	
Rad □□□	20.00	41:26	2:04	19	7:28	181	16:17	20.50	59:41	2:54	32	13:38	263	20:33	
Lauf Ziel	5.00	21:28	4:17	6	21:28	60	21:28	25.50	1:21:09	3:10	15	14:04	153	22:37	