



# 18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Jörg Bartelt

□□□: 1:31:07

□□: 223

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 283 (of 343)

□□□□□/□: 227 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 5 (TM 60)

□□□□□: 16(of 20)

□□□□□□□: 1:09:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	14:41	29:22	16	5:04	241	7:44	0.50	14:41	29:22	21	5:04	263	7:44
Wechsel S -> R	-	3:56	-	16	1:57	236	2:40	0.50	18:37	37:14	21	7:01	263	10:11
Schwimmen □□□	0.50	18:37	37:14	21	7:01	263	10:11	0.50	18:37	37:14	21	7:01	263	10:11
Rad netto	20.00	42:21	2:07	14	7:32	213	17:57	20.50	1:00:58	2:58	21	14:08	263	22:42
Wechsel R -> L	-	0:55	-	4	0:15	79	0:28	20.50	1:01:53	3:01	21	13:50	263	22:45
Rad □□□	20.00	43:16	2:09	14	7:21	210	18:07	20.50	1:01:53	3:01	21	13:50	263	22:45
Lauf Ziel	5.00	29:14	5:50	13	8:36	211	29:14	25.50	1:31:07	3:34	16	21:55	227	32:35