



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Simon Stefanitsch

□□□: 1:14:31

□□: 175

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 97 (of 343)

□□□□□/□: 89 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 10(of 30)

□□□□□□□: 1:01:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:48	21:36	13	3:36	102	3:51	0.50	10:48	21:36	31	3:36	263	3:51	
Wechsel S -> R	-	2:00	-	5	0:44	39	0:44	0.50	12:48	25:36	31	4:20	263	4:22	
Schwimmen □□□	0.50	12:48	25:36	31	4:20	263	4:22	0.50	12:48	25:36	31	4:20	263	4:22	
Rad netto	20.00	34:36	1:43	7	1:50	58	10:12	20.50	47:24	2:18	31	5:31	263	9:08	
Wechsel R -> L	-	1:35	-	30	1:04	218	1:08	20.50	48:59	2:23	31	6:22	263	9:51	
Rad □□□	20.00	36:11	1:48	9	2:28	71	11:02	20.50	48:59	2:23	31	6:22	263	9:51	
Lauf Ziel	5.00	25:32	5:06	21	7:04	154	25:32	25.50	1:14:31	2:55	10	12:52	89	15:59	