



# 18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Hanns-Christian Wüstner

□□□: 1:23:18

□□: 438

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 195 (of 343)

□□□□□/□: 167 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 6 (TM 65)

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 1:18:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:37	27:14	4	3:24	224	6:40	0.50	13:37	27:14	7	3:24	224	6:40	
Wechsel S -> R	-	3:13	-	2	0:33	182	1:57	0.50	16:50	33:39	7	3:07	263	8:24	
Schwimmen □□□	0.50	16:50	33:39	7	3:07	263	8:24	0.50	16:50	33:39	7	3:07	263	8:24	
Rad netto	20.00	41:39	2:04	2	4:47	207	17:15	20.50	58:29	2:51	7	6:36	263	20:13	
Wechsel R -> L	-	0:34	-	1	-	8	0:07	20.50	59:03	2:52	7	5:36	263	19:55	
Rad □□□	20.00	42:13	2:06	2	3:47	198	17:04	20.50	59:03	2:52	7	5:36	263	19:55	
Lauf Ziel	5.00	24:15	4:50	3	24:15	117	24:15	25.50	1:23:18	3:15	2	4:52	167	24:46	