



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Willi Kolb

□□□: 1:37:45

□□: 174

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 323 (of 343)

□□□□□/□: 249 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

Senioren 7 (TM 70)

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:37:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:25	24:49	1	-	176	5:28	0.50	12:25	24:49	1	-	263	5:28	
Wechsel S -> R	-	3:01	-	1	-	165	1:45	0.50	15:26	30:52	1	-	188	7:00	
Schwimmen □□□	0.50	15:26	30:52	1	-	188	7:00	0.50	15:26	30:52	1	-	188	7:00	
Rad netto	20.00	44:21	2:13	1	-	235	19:57	20.50	59:47	2:54	1	-	263	21:31	
Wechsel R -> L	-	1:08	-	1	-	136	0:41	20.50	1:00:55	2:58	1	-	263	21:47	
Rad □□□	20.00	45:29	2:16	1	-	236	20:20	20.50	1:00:55	2:58	1	-	263	21:47	
Lauf Ziel	5.00	36:50	7:22	1	-	254	36:50	25.50	1:37:45	3:50	1	-	249	39:13	