



# 18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Catrin Braun

□□□: 1:19:39

□□: TSG Wiesloch

□□: 105

□□: 25.50 km

□□□□□/□□□: 162 (of 343)

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□: 21 (of 81)

□□□□□□: 1:05:08

□□□□:

□□□□□: 5(of 10)

Seniorinnen 1 (TW 40)

□□□□□□□: 1:05:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:07	22:14	3	2:17	27	8:07	0.50	11:07	22:14	3	2:17	27	8:07	
Wechsel S -> R	-	2:34	-	5	1:02	23	2:34	0.50	13:41	27:22	5	3:19	26	13:16	
Schwimmen □□□	0.50	13:41	27:22	5	3:19	26	13:16	0.50	13:41	27:22	5	3:19	26	13:16	
Rad netto	20.00	37:57	1:53	3	3:56	14	3:56	20.50	51:38	2:31	5	7:15	17	10:53	
Wechsel R -> L	-	1:28	-	9	0:39	60	0:55	20.50	53:06	2:35	5	7:45	19	10:28	
Rad □□□	20.00	39:25	1:58	4	4:26	16	4:26	20.50	53:06	2:35	5	7:45	19	10:28	
Lauf Ziel	5.00	26:33	5:18	7	6:46	35	26:33	25.50	1:19:39	3:07	5	14:31	21	14:31	