



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Lisa Habel

□□□: 1:21:13

□□: 94

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 177 (of 343)

□□□□□/□: 22 (of 81)

□□□□□□: 1:05:08

□□□□:

weibliche AK 3 (TW 30)

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 1:05:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:01	24:02	5	2:56	40	9:01	0.50	12:01	24:02	11	2:56	40	9:01
Wechsel S -> R	-	3:42	-	8	2:14	66	3:42	0.50	15:43	31:26	11	5:01	50	15:18
Schwimmen □□□	0.50	15:43	31:26	11	5:01	50	15:18	0.50	15:43	31:26	11	5:01	50	15:18
Rad netto	20.00	41:18	2:03	6	6:53	36	7:17	20.50	57:01	2:46	11	11:43	43	16:16
Wechsel R -> L	-	1:50	-	10	1:04	76	1:17	20.50	58:51	2:52	11	12:37	50	16:13
Rad □□□	20.00	43:08	2:09	7	7:56	47	8:09	20.50	58:51	2:52	11	12:37	50	16:13
Lauf Ziel	5.00	22:22	4:28	2	2:58	10	22:22	25.50	1:21:13	3:11	4	15:24	22	16:05