



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Martina Döring

□□□: 1:18:43

□□: 73

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 153 (of 343)

□□□□□/□: 20 (of 81)

□□□□□□: 1:05:08

□□□□:

weibliche AK 4 (TW 35)

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 1:15:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:56	21:52	3	0:56	23	7:56	0.50	10:56	21:52	9	0:56	23	7:56	
Wechsel S -> R	-	2:36	-	4	0:41	25	2:36	0.50	13:32	27:03	9	1:11	23	13:07	
Schwimmen □□□	0.50	13:32	27:03	9	1:11	23	13:07	0.50	13:32	27:03	9	1:11	23	13:07	
Rad netto	20.00	38:43	1:56	3	1:52	19	4:42	20.50	52:15	2:32	9	3:03	21	11:30	
Wechsel R -> L	-	1:08	-	5	0:34	42	0:35	20.50	53:23	2:36	9	2:52	20	10:45	
Rad □□□	20.00	39:51	1:59	3	1:41	20	4:52	20.50	53:23	2:36	9	2:52	20	10:45	
Lauf Ziel	5.00	25:20	5:03	3	0:30	24	25:20	25.50	1:18:43	3:05	3	2:54	20	13:35	