



# 18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Jan Michael Müller

□□□: 1:28:09

□□: 179

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 261 (of 343)

□□□□□/□: 211 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 28(of 30)

□□□□□□□: 1:01:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:23	20:45	10	3:11	77	3:26	0.50	10:23	20:45	31	3:11	263	3:26
Wechsel S -> R	-	3:13	-	20	1:57	182	1:57	0.50	13:36	27:11	31	5:08	263	5:10
Schwimmen □□□	0.50	13:36	27:11	31	5:08	263	5:10	0.50	13:36	27:11	31	5:08	263	5:10
Rad netto	20.00	43:29	2:10	27	10:43	228	19:05	20.50	57:05	2:47	31	15:12	263	18:49
Wechsel R -> L	-	1:15	-	19	0:44	161	0:48	20.50	58:20	2:50	31	15:43	263	19:12
Rad □□□	20.00	44:44	2:14	27	11:01	228	19:35	20.50	58:20	2:50	31	15:43	263	19:12
Lauf Ziel	5.00	29:49	5:57	27	11:21	219	29:49	25.50	1:28:09	3:27	28	26:30	211	29:37