



18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Sebastian Hagmann

□□□: 1:05:07

□□: TSG Maxdorf

□□: 202

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 15 (of 343)

□□□□□/□: 15 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche AK 3 (TM 30)

□□□□□: 2(of 33)

□□□□□□□: 58:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:24	16:48	2	1:27	7	1:27	0.50	8:24	16:48	34	1:27	263	1:27	
Wechsel S -> R	-	2:35	-	17	1:06	113	1:19	0.50	10:59	21:57	34	2:33	263	2:33	
Schwimmen □□□	0.50	10:59	21:57	34	2:33	263	2:33	0.50	10:59	21:57	34	2:33	263	2:33	
Rad netto	20.00	34:06	1:42	5	4:16	39	9:42	20.50	45:05	2:11	34	6:49	263	6:49	
Wechsel R -> L	-	1:12	-	24	0:35	153	0:45	20.50	46:17	2:15	34	7:09	263	7:09	
Rad □□□	20.00	35:18	1:45	5	4:36	41	10:09	20.50	46:17	2:15	34	7:09	263	7:09	
Lauf Ziel	5.00	18:50	3:46	1	-	8	18:50	25.50	1:05:07	2:33	2	6:35	15	6:35	