



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Patrick Schmitt

□□□: 1:12:28

□□: 319

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 77 (of 343)

□□□□□/□: 72 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□: 5(of 23)

□□□□□□□: 1:02:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:45	25:30	18	4:25	194	5:48	0.50	12:45	25:30	24	4:25	263	5:48
Wechsel S -> R	-	1:31	-	1	-	4	0:15	0.50	14:16	28:32	24	4:19	126	5:50
Schwimmen □□□	0.50	14:16	28:32	24	4:19	126	5:50	0.50	14:16	28:32	24	4:19	126	5:50
Rad netto	20.00	35:30	1:46	7	3:34	74	11:06	20.50	49:46	2:25	24	7:53	263	11:30
Wechsel R -> L	-	0:48	-	4	0:07	54	0:21	20.50	50:34	2:28	24	8:00	263	11:26
Rad □□□	20.00	36:18	1:48	7	3:41	72	11:09	20.50	50:34	2:28	24	8:00	263	11:26
Lauf Ziel	5.00	21:54	4:22	5	2:37	66	21:54	25.50	1:12:28	2:50	5	10:15	72	13:56