



# 18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Stefan Schröer

□□□: 1:12:38

□□: 283

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 79 (of 343)

□□□□□/□: 74 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□: 6(of 23)

□□□□□□□: 1:02:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:24	20:48	8	2:04	78	3:27	0.50	10:24	20:48	24	2:04	263	3:27
Wechsel S -> R	-	3:04	-	17	1:33	170	1:48	0.50	13:28	26:56	24	3:31	263	5:02
Schwimmen □□□	0.50	13:28	26:56	24	3:31	263	5:02	0.50	13:28	26:56	24	3:31	263	5:02
Rad netto	20.00	34:03	1:42	4	2:07	35	9:39	20.50	47:31	2:19	24	5:38	263	9:15
Wechsel R -> L	-	1:28	-	21	0:47	199	1:01	20.50	48:59	2:23	24	6:25	263	9:51
Rad □□□	20.00	35:31	1:46	5	2:54	53	10:22	20.50	48:59	2:23	24	6:25	263	9:51
Lauf Ziel	5.00	23:39	4:43	10	4:22	111	23:39	25.50	1:12:38	2:50	6	10:25	74	14:06