



18 Lorsche Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Jonas Müller

□□□: 1:15:51

□□: 287

□□: 25.50 km

Lorsche Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 113 (of 343)

□□□□□/□: 101 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□: 10(of 23)

□□□□□□□: 1:02:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:30	23:00	15	3:10	136	4:33	0.50	11:30	23:00	24	3:10	263	4:33
Wechsel S -> R	-	1:54	-	5	0:23	27	0:38	0.50	13:24	26:48	24	3:27	263	4:58
Schwimmen □□□	0.50	13:24	26:48	24	3:27	263	4:58	0.50	13:24	26:48	24	3:27	263	4:58
Rad netto	20.00	34:04	1:42	5	2:08	37	9:40	20.50	47:28	2:18	24	5:35	263	9:12
Wechsel R -> L	-	1:02	-	9	0:21	115	0:35	20.50	48:30	2:21	24	5:56	263	9:22
Rad □□□	20.00	35:06	1:45	4	2:29	36	9:57	20.50	48:30	2:21	24	5:56	263	9:22
Lauf Ziel	5.00	27:21	5:28	17	8:04	182	27:21	25.50	1:15:51	2:58	10	13:38	101	17:19