



18 Lorsch Triathlon

Lorsch / 13.08.2023

□□□□

Daniel Kiefer

□□□: 1:16:23

□□: 39

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20,5,0

□□□□□/□□□: 120 (of 343)

□□□□□/□: 108 (of 262)

□□□□□□: 58:32

□□□□:

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□: 11(of 23)

□□□□□□□: 1:02:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:16	20:32	7	1:56	74	3:19	0.50	10:16	20:32	24	1:56	263	3:19
Wechsel S -> R	-	2:41	-	14	1:10	129	1:25	0.50	12:57	25:53	24	3:00	263	4:31
Schwimmen □□□	0.50	12:57	25:53	24	3:00	263	4:31	0.50	12:57	25:53	24	3:00	263	4:31
Rad netto	20.00	38:12	1:54	12	6:16	153	13:48	20.50	51:09	2:29	24	9:16	263	12:53
Wechsel R -> L	-	1:24	-	19	0:43	189	0:57	20.50	52:33	2:33	24	9:59	263	13:25
Rad □□□	20.00	39:36	1:58	12	6:59	153	14:27	20.50	52:33	2:33	24	9:59	263	13:25
Lauf Ziel	5.00	23:50	4:46	11	4:33	115	23:50	25.50	1:16:23	2:59	11	14:10	108	17:51