



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

0000

SV Bembel

00: SSG Bensheim

00: 381

00: 25.50 km

Triathlonstaffel

0000:

Herren-Staffel

000: 1:13:06

00: 20.52 km/h

0000: 2:51 min/km

00000: 16 (of 45)

000000: 58:50

00000: 5(of 7)

0000000: 1:01:42

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	000	000	km	00	min/km	-	-	000	000
Schwimmen nett	0.50	7:57	15:54	1	-	6	1:53	0.50	7:57	15:54	1	-	6	1:53
Wechsel S -> R	-	1:26	-	2	0:12	6	0:12	0.50	9:23	-	1	-	5	0:39
Rad netto	20.00	43:58	2:11	7	12:24	39	13:39	20.50	53:21	2:36	7	11:48	30	14:01
Wechsel R -> L	-	0:29	-	2	0:03	4	0:03	20.50	53:50	-	6	11:41	28	13:56
Lauf	5.00	19:16	3:51	2	2:23	6	2:23	25.50	1:13:06	2:51	5	11:24	16	14:16