



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Beim zweiten Mal ist´s schöner!

□□: MathPhysInfo

□□: 395

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□:

Herren-Staffel

□□□: 1:13:32

□□: 20.40 km/h

□□□□: 2:53 min/km

□□□□□: 18 (of 45)

□□□□□□: 58:50

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 1:01:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	10:09	20:18	4	2:12	14	4:05	0.50	10:09	20:18	4	2:12	14	4:05
Wechsel S -> R	-	1:27	-	3	0:13	7	0:13	0.50	11:36	-	4	2:13	13	2:52
Rad netto	20.00	36:50	1:50	4	5:16	19	6:31	20.50	48:26	2:21	5	6:53	16	9:06
Wechsel R -> L	-	0:31	-	3	0:05	8	0:05	20.50	48:57	-	4	6:48	15	9:03
Lauf	5.00	24:35	4:54	6	7:42	24	7:42	25.50	1:13:32	2:53	6	11:50	18	14:42