



# 19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Bischi & die Brut

□□□: 1:12:53

□□: 444

□□: 20.58 km/h

□□□□: 2:51 min/km

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 15 (of 45)

□□□□□□: 58:50

□□□□:

□□□□□: 10(of 30)

Mixed-Staffel

□□□□□□□: 58:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	11:47	23:33	16	5:43	27	5:43	0.50	11:47	23:33	16	5:43	27	5:43
Wechsel S -> R	-	1:40	-	15	0:19	22	0:26	0.50	13:27	-	17	4:43	28	4:43
Rad netto	20.00	36:43	1:50	13	6:24	16	6:24	20.50	50:10	2:26	15	10:50	21	10:50
Wechsel R -> L	-	0:28	-	1	-	3	0:02	20.50	50:38	-	15	10:44	21	10:44
Lauf	5.00	22:15	4:27	8	4:31	13	5:22	25.50	1:12:53	2:51	10	14:03	15	14:03