



# 19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

## Team EXPERT one

□□: Lorsch

□□: 401

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□:

Mixed-Staffel

□□□: 1:16:51

□□: 19.52 km/h

□□□□: 3:00 min/km

□□□□□: 25 (of 45)

□□□□□□: 58:50

□□□□□: 17(of 30)

□□□□□□□: 58:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	11:18	22:36	14	5:14	22	5:14	0.50	11:18	22:36	14	5:14	22	5:14
Wechsel S -> R	-	1:51	-	23	0:30	34	0:37	0.50	13:09	-	14	4:25	25	4:25
Rad netto	20.00	38:31	1:55	20	8:12	25	8:12	20.50	51:40	2:31	20	12:20	26	12:20
Wechsel R -> L	-	0:34	-	12	0:06	17	0:08	20.50	52:14	-	20	12:20	26	12:20
Lauf	5.00	24:37	4:55	14	6:53	25	7:44	25.50	1:16:51	3:00	17	18:01	25	18:01