



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Grady

□□□: 1:24:19

□□: 396

□□: 17.79 km/h

□□□□: 3:18 min/km

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 35 (of 45)

□□□□□□: 58:50

□□□□:

□□□□□: 24(of 30)

Mixed-Staffel

□□□□□□□: 58:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	18:26	36:52	30	12:22	45	12:22	0.50	18:26	36:52	30	12:22	45	12:22
Wechsel S -> R	-	1:43	-	19	0:22	28	0:29	0.50	20:09	-	29	11:25	44	11:25
Rad netto	20.00	34:15	1:42	7	3:56	10	3:56	20.50	54:24	2:39	22	15:04	32	15:04
Wechsel R -> L	-	0:34	-	12	0:06	17	0:08	20.50	54:58	-	22	15:04	32	15:04
Lauf	5.00	29:21	5:52	28	11:37	41	12:28	25.50	1:24:19	3:18	24	25:29	35	25:29