



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

JSI

□□□: 1:23:41

□□: 419

□□: 17.92 km/h

□□□□: 3:16 min/km

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 34 (of 45)

□□□□□□: 58:50

□□□□:

□□□□□: 4(of 8)

Damen-Staffel

□□□□□□□: 1:11:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□	
Schwimmen nett	0.50	16:31	33:01	8	8:31	43	10:27	0.50	16:31	33:01	8	8:31	43	10:27
Wechsel S -> R	-	1:54	-	6	0:21	37	0:40	0.50	18:25	-	8	8:44	43	9:41
Rad netto	20.00	40:11	2:00	3	0:46	31	9:52	20.50	58:36	2:51	6	9:30	38	19:16
Wechsel R -> L	-	0:36	-	4	0:09	25	0:10	20.50	59:12	-	6	9:29	39	19:18
Lauf	5.00	24:29	4:53	5	2:51	23	7:36	25.50	1:23:41	3:16	4	12:20	34	24:51