



# 19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Bähring, Hufnagel, Gärtner

□□□: 1:24:22

□□: 414

□□: 17.78 km/h

□□□□: 3:18 min/km

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□□: 36 (of 45)

□□□□□□: 58:50

□□□□:

□□□□□: 25(of 30)

Mixed-Staffel

□□□□□□□: 58:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.50	12:49	25:37	23	6:45	34	6:45	0.50	12:49	25:37	23	6:45	34	6:45
Wechsel S -> R	-	1:51	-	23	0:30	34	0:37	0.50	14:40	-	24	5:56	35	5:56
Rad netto	20.00	43:42	2:11	26	13:23	38	13:23	20.50	58:22	2:50	24	19:02	36	19:02
Wechsel R -> L	-	0:39	-	23	0:11	33	0:13	20.50	59:01	-	24	19:07	36	19:07
Lauf	5.00	25:21	5:04	17	7:37	28	8:28	25.50	1:24:22	3:18	25	25:32	36	25:32