



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Dancing Triathlon Ladies

□□: TSA der TSG Weinheim

□□: 384

□□: 25.50 km

Triathlonstaffel

□□□□:

Damen-Staffel

□□□: 1:26:56

□□: 17.25 km/h

□□□□: 3:24 min/km

□□□□□: 38 (of 45)

□□□□□□: 58:50

□□□□□: 6(of 8)

□□□□□□□: 1:11:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	
Schwimmen nett	0.50	15:11	30:22	7	7:11	39	9:07	0.50	15:11	30:22	7	7:11	39	9:07
Wechsel S -> R	-	1:59	-	8	0:26	41	0:45	0.50	17:10	-	7	7:29	39	8:26
Rad netto	20.00	40:24	2:01	5	0:59	33	10:05	20.50	57:34	2:48	5	8:28	35	18:14
Wechsel R -> L	-	0:40	-	6	0:13	35	0:14	20.50	58:14	-	5	8:31	35	18:20
Lauf	5.00	28:42	5:44	7	7:04	39	11:49	25.50	1:26:56	3:24	6	15:35	38	28:06