



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Ruben Wiedemann

□□□: 1:04:08

□□: RV03 Bürstadt

□□: 120

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 13 (of 354)

□□□□□/□: 12 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

männliche AK 1 (TM 20)

□□□□□: 1(of 10)

□□□□□□□: 1:04:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:25	16:49	1	-	11	1:38	0.50	8:25	16:49	1	-	255	1:38	
Wechsel S -> R	-	1:33	-	1	-	8	1:33	0.50	9:58	19:56	1	-	255	1:50	
Schwimmen □□□	0.50	9:58	19:56	1	-	255	1:50	0.50	9:58	19:56	1	-	255	1:50	
Rad netto	20.00	33:57	1:41	1	-	25	8:12	20.50	43:55	2:08	1	-	255	4:58	
Wechsel R -> L	-	0:37	-	1	-	9	0:05	20.50	44:32	2:10	1	-	255	4:43	
Rad □□□	20.00	34:34	1:43	1	-	22	7:51	20.50	44:32	2:10	1	-	255	4:43	
Lauf Ziel	5.00	19:36	3:55	1	-	21	2:49	25.50	1:04:08	2:30	1	-	12	5:42	