



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Christian Klefenz

□□□: 1:02:23

□□: ASG Tria Hockenheim

□□: 269

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 5 (of 354)

□□□□□/□: 5 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 1 (TM 40)

□□□□□: 1(of 23)

□□□□□□□: 1:02:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:36	17:11	5	1:02	17	1:49	0.50	8:36	17:11	24	1:02	255	1:49
Wechsel S -> R	-	1:37	-	2	0:05	10	1:37	0.50	10:13	20:26	24	0:23	255	2:05
Schwimmen □□□	0.50	10:13	20:26	24	0:23	255	2:05	0.50	10:13	20:26	24	0:23	255	2:05
Rad netto	20.00	31:54	1:35	1	-	6	6:09	20.50	42:07	2:03	1	-	255	3:10
Wechsel R -> L	-	0:50	-	5	0:08	50	0:18	20.50	42:57	2:05	1	-	255	3:08
Rad □□□	20.00	32:44	1:38	1	-	5	6:01	20.50	42:57	2:05	1	-	255	3:08
Lauf Ziel	5.00	19:26	3:53	5	0:30	18	2:39	25.50	1:02:23	2:26	1	-	5	3:57