



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Tobias Ritzert

□□□: 1:08:59

□□: 218

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 41 (of 354)

□□□□□/□: 38 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 1 (TM 40)

□□□□□: 10(of 23)

□□□□□□□: 1:02:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:33	21:06	15	2:59	97	3:46	0.50	10:33	21:06	24	2:59	255	3:46
Wechsel S -> R	-	2:00	-	9	0:28	41	2:00	0.50	12:33	25:06	24	2:43	255	4:25
Schwimmen □□□	0.50	12:33	25:06	24	2:43	255	4:25	0.50	12:33	25:06	24	2:43	255	4:25
Rad netto	20.00	36:30	1:49	12	4:36	76	10:45	20.50	49:03	2:23	14	6:56	255	10:06
Wechsel R -> L	-	0:45	-	2	0:03	31	0:13	20.50	49:48	2:25	12	6:51	255	9:59
Rad □□□	20.00	37:15	1:51	12	4:31	63	10:32	20.50	49:48	2:25	12	6:51	255	9:59
Lauf Ziel	5.00	19:11	3:50	3	0:15	14	2:24	25.50	1:08:59	2:42	10	6:36	38	10:33