



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Simon Stefanitsch

□□□: 1:10:14

□□: 164

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 49 (of 354)

□□□□□/□: 45 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 3(of 30)

□□□□□□□: 1:07:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	10:00	20:00	6	1:02	67	3:13	0.50	10:00	20:00	6	1:02	255	3:13	
Wechsel S -> R	-	2:07	-	5	0:43	48	2:07	0.50	12:07	24:14	31	0:52	255	3:59	
Schwimmen □□□	0.50	12:07	24:14	31	0:52	255	3:59	0.50	12:07	24:14	31	0:52	255	3:59	
Rad netto	20.00	32:54	1:38	2	7:09	9	7:09	20.50	45:01	2:11	31	2:00	255	6:04	
Wechsel R -> L	-	1:29	-	26	0:57	179	0:57	20.50	46:30	2:16	31	2:31	255	6:41	
Rad □□□	20.00	34:23	1:43	2	7:40	20	7:40	20.50	46:30	2:16	31	2:31	255	6:41	
Lauf Ziel	5.00	23:44	4:44	14	3:58	120	6:57	25.50	1:10:14	2:45	3	2:45	45	11:48	