



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Holger Colditz

□□□: 1:05:16

□□: RV03 Bürstadt

□□: 121

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 17 (of 354)

□□□□□/□: 15 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 2 (TM 45)

□□□□□: 2(of 25)

□□□□□□□: 1:03:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:55	17:49	3	0:38	22	2:08	0.50	8:55	17:49	26	0:38	255	2:08	
Wechsel S -> R	-	1:51	-	4	0:21	23	1:51	0.50	10:46	21:32	26	0:21	255	2:38	
Schwimmen □□□	0.50	10:46	21:32	26	0:21	255	2:38	0.50	10:46	21:32	26	0:21	255	2:38	
Rad netto	20.00	33:11	1:39	2	1:27	12	7:26	20.50	43:57	2:08	26	0:07	255	5:00	
Wechsel R -> L	-	0:49	-	6	0:12	45	0:17	20.50	44:46	2:11	26	0:06	255	4:57	
Rad □□□	20.00	34:00	1:42	2	0:13	10	7:17	20.50	44:46	2:11	26	0:06	255	4:57	
Lauf Ziel	5.00	20:30	4:05	4	1:52	35	3:43	25.50	1:05:16	2:33	2	1:54	15	6:50	