



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Tobias Horstmann

□□□: 1:16:01

□□: 371

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 120 (of 354)

□□□□□/□: 105 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 3 (TM 50)

□□□□□: 14(of 27)

□□□□□□□: 1:05:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:29	22:57	16	3:15	141	4:42	0.50	11:29	22:57	28	3:15	255	4:42
Wechsel S -> R	-	2:45	-	15	1:12	110	2:45	0.50	14:14	28:27	28	4:19	255	6:06
Schwimmen □□□	0.50	14:14	28:27	28	4:19	255	6:06	0.50	14:14	28:27	28	4:19	255	6:06
Rad netto	20.00	36:11	1:48	12	5:12	68	10:26	20.50	50:25	2:27	28	6:13	255	11:28
Wechsel R -> L	-	1:53	-	26	1:18	225	1:21	20.50	52:18	2:33	28	7:18	255	12:29
Rad □□□	20.00	38:04	1:54	14	6:03	92	11:21	20.50	52:18	2:33	28	7:18	255	12:29
Lauf Ziel	5.00	23:43	4:44	15	5:03	118	6:56	25.50	1:16:01	2:58	14	10:56	105	17:35