



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Christian Schönung

□□□: 1:12:13

□□: 161

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 72 (of 354)

□□□□□/□: 64 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 5(of 36)

□□□□□□□: 1:08:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	9:09	18:18	3	1:04	30	2:22	0.50	9:09	18:18	37	1:04	255	2:22
Wechsel S -> R	-	2:44	-	16	2:44	107	2:44	0.50	11:53	23:45	37	1:03	255	3:45
Schwimmen □□□	0.50	11:53	23:45	37	1:03	255	3:45	0.50	11:53	23:45	37	1:03	255	3:45
Rad netto	20.00	34:28	1:43	3	0:56	35	8:43	20.50	46:21	2:15	2	0:05	255	7:24
Wechsel R -> L	-	1:16	-	16	0:40	141	0:44	20.50	47:37	2:19	3	0:39	255	7:48
Rad □□□	20.00	35:44	1:47	4	1:10	37	9:01	20.50	47:37	2:19	3	0:39	255	7:48
Lauf Ziel	5.00	24:36	4:55	14	3:29	139	7:49	25.50	1:12:13	2:49	5	4:01	64	13:47