



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Michael Schick

□□□: 1:14:32

□□: 353

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 100 (of 354)

□□□□□/□: 88 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 9(of 36)

□□□□□□□: 1:08:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:05	22:10	11	3:00	118	4:18	0.50	11:05	22:10	37	3:00	255	4:18
Wechsel S -> R	-	2:35	-	12	2:35	92	2:35	0.50	13:40	27:19	14	2:50	102	5:32
Schwimmen □□□	0.50	13:40	27:19	14	2:50	102	5:32	0.50	13:40	27:19	14	2:50	102	5:32
Rad netto	20.00	36:39	1:49	8	3:07	84	10:54	20.50	50:19	2:27	37	4:03	255	11:22
Wechsel R -> L	-	1:18	-	17	0:42	148	0:46	20.50	51:37	2:31	37	4:39	255	11:48
Rad □□□	20.00	37:57	1:53	9	3:23	88	11:14	20.50	51:37	2:31	37	4:39	255	11:48
Lauf Ziel	5.00	22:55	4:35	7	1:48	97	6:08	25.50	1:14:32	2:55	9	6:20	88	16:06