



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Uwe Träutlein

□□□: 1:25:26

□□: 34

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 250 (of 354)

□□□□□/□: 197 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 4 (TM 55)

□□□□□: 24(of 36)

□□□□□□□: 1:08:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:34	25:07	22	4:29	187	5:47	0.50	12:34	25:07	37	4:29	187	5:47	
Wechsel S -> R	-	4:24	-	31	4:24	236	4:24	0.50	16:58	33:55	37	6:08	209	8:50	
Schwimmen □□□	0.50	16:58	33:55	37	6:08	209	8:50	0.50	16:58	33:55	37	6:08	209	8:50	
Rad netto	20.00	42:48	2:08	30	9:16	218	17:03	20.50	59:46	2:54	37	13:30	220	20:49	
Wechsel R -> L	-	0:57	-	7	0:21	72	0:25	20.50	1:00:43	2:57	37	13:45	219	20:54	
Rad □□□	20.00	43:45	2:11	30	9:11	216	17:02	20.50	1:00:43	2:57	37	13:45	219	20:54	
Lauf Ziel	5.00	24:43	4:56	17	3:36	144	7:56	25.50	1:25:26	3:21	24	17:14	197	27:00	