



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Thomas Babist

□□□: 1:25:24

□□: Filminsel Biblis

□□: 145

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 248 (of 354)

□□□□□/□: 196 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 5 (TM 60)

□□□□□: 8(of 13)

□□□□□□□: 1:06:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:36	25:11	10	3:43	190	5:49	0.50	12:36	25:11	14	3:43	255	5:49
Wechsel S -> R	-	4:01	-	11	2:10	211	4:01	0.50	16:37	33:14	14	5:53	255	8:29
Schwimmen □□□	0.50	16:37	33:14	14	5:53	255	8:29	0.50	16:37	33:14	14	5:53	255	8:29
Rad netto	20.00	41:16	2:03	10	6:53	202	15:31	20.50	57:53	2:49	14	12:46	255	18:56
Wechsel R -> L	-	2:26	-	12	1:45	249	1:54	20.50	1:00:19	2:56	14	13:55	255	20:30
Rad □□□	20.00	43:42	2:11	10	8:02	215	16:59	20.50	1:00:19	2:56	14	13:55	255	20:30
Lauf Ziel	5.00	25:05	5:00	6	4:59	151	8:18	25.50	1:25:24	3:20	8	18:54	196	26:58