



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Robert Haag

□□□: 1:17:40

□□: LAZ Mosbach-Elztal

□□: 429

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 147 (of 354)

□□□□□/□: 128 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 6 (TM 65)

□□□□□: 2(of 9)

□□□□□□□: 1:11:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:18	24:36	4	1:41	180	5:31	0.50	12:18	24:36	10	1:41	255	5:31	
Wechsel S -> R	-	2:46	-	3	1:03	113	2:46	0.50	15:04	30:07	10	2:40	162	6:56	
Schwimmen □□□	0.50	15:04	30:07	10	2:40	162	6:56	0.50	15:04	30:07	10	2:40	162	6:56	
Rad netto	20.00	37:06	1:51	3	1:03	102	11:21	20.50	52:10	2:32	10	3:43	255	13:13	
Wechsel R -> L	-	1:39	-	3	0:47	202	1:07	20.50	53:49	2:37	10	4:30	255	14:00	
Rad □□□	20.00	38:45	1:56	3	1:50	112	12:02	20.50	53:49	2:37	10	4:30	255	14:00	
Lauf Ziel	5.00	23:51	4:46	2	1:58	125	7:04	25.50	1:17:40	3:02	2	6:28	128	19:14	