



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Achim Kuhn

□□□: 1:21:13

□□: TuS Tiefenbach

□□: 364

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 197 (of 354)

□□□□□/□: 166 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

Senioren 6 (TM 65)

□□□□□: 3(of 9)

□□□□□□□: 1:11:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	15:20	30:40	8	4:43	244	8:33	0.50	15:20	30:40	10	4:43	255	8:33	
Wechsel S -> R	-	2:31	-	2	0:48	84	2:31	0.50	17:51	35:42	7	5:27	228	9:43	
Schwimmen □□□	0.50	17:51	35:42	7	5:27	228	9:43	0.50	17:51	35:42	7	5:27	228	9:43	
Rad netto	20.00	36:54	1:50	2	0:51	97	11:09	20.50	54:45	2:40	4	6:18	255	15:48	
Wechsel R -> L	-	1:39	-	3	0:47	202	1:07	20.50	56:24	2:45	4	7:05	255	16:35	
Rad □□□	20.00	38:33	1:55	2	1:38	104	11:50	20.50	56:24	2:45	4	7:05	255	16:35	
Lauf Ziel	5.00	24:49	4:57	3	2:56	148	8:02	25.50	1:21:13	3:11	3	10:01	166	22:47	