



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Miriam Ochsenreiter

□□□: 1:27:08

□□: 440

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 270 (of 354)

□□□□□/□: 62 (of 100)

□□□□□□: 1:02:58

□□□□:

Seniorinnen 2 (TW 45)

□□□□□: 9(of 12)

□□□□□□□: 1:05:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:21	24:41	8	3:32	60	5:19	0.50	12:21	24:41	13	3:32	60	5:19	
Wechsel S -> R	-	3:10	-	9	1:39	61	1:39	0.50	15:31	31:02	13	5:11	61	6:08	
Schwimmen □□□	0.50	15:31	31:02	13	5:11	61	6:08	0.50	15:31	31:02	13	5:11	61	6:08	
Rad netto	20.00	42:52	2:08	11	8:11	61	40:03	20.50	58:23	2:50	13	13:22	101	43:50	
Wechsel R -> L	-	1:21	-	8	0:35	64	0:47	20.50	59:44	2:54	13	13:41	101	15:29	
Rad □□□	20.00	44:13	2:12	10	8:30	60	9:21	20.50	59:44	2:54	13	13:41	101	15:29	
Lauf Ziel	5.00	27:24	5:28	8	8:18	61	11:54	25.50	1:27:08	3:25	9	21:59	62	24:10	