



# 19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

## Selina Vöpel

□□□: 1:22:51

□□: Ludwigshafener SV 07

□□: 282

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 215 (of 354)

□□□□□/□: 40 (of 100)

□□□□□□: 1:02:58

□□□□:

weibliche AK 1 (TW 20)

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 1:13:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:15	22:30	4	3:39	31	4:13	0.50	11:15	22:30	9	3:39	101	4:13	
Wechsel S -> R	-	2:44	-	2	0:34	38	1:13	0.50	13:59	27:57	9	3:02	101	4:36	
Schwimmen □□□	0.50	13:59	27:57	9	3:02	101	4:36	0.50	13:59	27:57	9	3:02	101	4:36	
Rad netto	20.00	39:54	1:59	2	1:11	37	37:05	20.50	53:53	2:37	9	4:12	101	39:20	
Wechsel R -> L	-	1:12	-	7	0:28	50	0:38	20.50	55:05	2:41	9	4:23	101	10:50	
Rad □□□	20.00	41:06	2:03	2	1:22	33	6:14	20.50	55:05	2:41	9	4:23	101	10:50	
Lauf Ziel	5.00	27:46	5:33	7	4:32	67	12:16	25.50	1:22:51	3:14	3	8:55	40	19:53	