



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Alessandra Bitsch

□□□: 1:25:42

□□: 87

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 253 (of 354)

□□□□□/□: 54 (of 100)

□□□□□□: 1:02:58

□□□□:

weibliche AK 1 (TW 20)

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 1:13:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:55	23:49	5	4:19	47	4:53	0.50	11:55	23:49	9	4:19	101	4:53
Wechsel S -> R	-	3:42	-	6	1:32	75	2:11	0.50	15:37	31:14	9	4:40	63	6:14
Schwimmen □□□	0.50	15:37	31:14	9	4:40	63	6:14	0.50	15:37	31:14	9	4:40	63	6:14
Rad netto	20.00	43:01	2:09	4	4:18	63	40:12	20.50	58:38	2:51	9	8:57	62	44:05
Wechsel R -> L	-	0:49	-	2	0:05	22	0:15	20.50	59:27	2:54	9	8:45	59	15:12
Rad □□□	20.00	43:50	2:11	4	4:06	58	8:58	20.50	59:27	2:54	9	8:45	59	15:12
Lauf Ziel	5.00	26:15	5:15	4	3:01	50	10:45	25.50	1:25:42	3:21	4	11:46	54	22:44