



# 19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

## Johanna Seitz

□□□: 1:34:40

□□: Schön Klinik Lorsch

□□: 439

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 320 (of 354)

□□□□□/□: 86 (of 100)

□□□□□□: 1:02:58

□□□□:

weibliche AK 1 (TW 20)

□□□□□: 8(of 8)

□□□□□□□: 1:13:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:03	24:06	6	4:27	54	5:01	0.50	12:03	24:06	9	4:27	54	5:01
Wechsel S -> R	-	3:41	-	4	1:31	73	2:10	0.50	15:44	31:27	9	4:47	101	6:21
Schwimmen □□□	0.50	15:44	31:27	9	4:47	101	6:21	0.50	15:44	31:27	9	4:47	101	6:21
Rad netto	20.00	45:10	2:15	7	6:27	81	42:21	20.50	1:00:54	2:58	9	11:13	101	46:21
Wechsel R -> L	-	0:44	-	1	-	6	0:10	20.50	1:01:38	3:00	9	10:56	101	17:23
Rad □□□	20.00	45:54	2:17	6	6:10	75	11:02	20.50	1:01:38	3:00	9	10:56	101	17:23
Lauf Ziel	5.00	33:02	6:36	8	9:48	93	17:32	25.50	1:34:40	3:42	8	20:44	86	31:42