



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Paula Hoffmeister-Wittmann

□□□: 1:17:56

□□: 348

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 152 (of 354)

□□□□□/□: 20 (of 100)

□□□□□□: 1:02:58

□□□□:

weibliche AK 2 (TW 25)

□□□□□: 4(of 22)

□□□□□□□: 1:09:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:32	23:03	6	3:45	42	4:30	0.50	11:32	23:03	23	3:45	101	4:30
Wechsel S -> R	-	2:58	-	13	0:58	49	1:27	0.50	14:30	29:00	23	4:42	101	5:07
Schwimmen □□□	0.50	14:30	29:00	23	4:42	101	5:07	0.50	14:30	29:00	23	4:42	101	5:07
Rad netto	20.00	36:33	1:49	2	1:05	8	33:44	20.50	51:03	2:29	23	5:10	101	36:30
Wechsel R -> L	-	1:25	-	17	0:44	70	0:51	20.50	52:28	2:33	23	5:47	101	8:13
Rad □□□	20.00	37:58	1:53	2	1:42	9	3:06	20.50	52:28	2:33	23	5:47	101	8:13
Lauf Ziel	5.00	25:28	5:05	10	3:46	36	9:58	25.50	1:17:56	3:03	4	8:34	20	14:58