



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Katrin Lambert

□□□: 1:20:57

□□: 89

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 194 (of 354)

□□□□□/□: 30 (of 100)

□□□□□□: 1:02:58

□□□□:

weibliche AK 2 (TW 25)

□□□□□: 7(of 22)

□□□□□□□: 1:09:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:31	25:02	14	4:44	65	5:29	0.50	12:31	25:02	23	4:44	101	5:29
Wechsel S -> R	-	3:00	-	14	1:00	52	1:29	0.50	15:31	31:02	23	5:43	61	6:08
Schwimmen □□□	0.50	15:31	31:02	23	5:43	61	6:08	0.50	15:31	31:02	23	5:43	61	6:08
Rad netto	20.00	40:55	2:02	11	5:27	46	38:06	20.50	56:26	2:45	23	10:33	49	41:53
Wechsel R -> L	-	0:44	-	3	0:03	6	0:10	20.50	57:10	2:47	23	10:29	44	12:55
Rad □□□	20.00	41:39	2:04	9	5:23	39	6:47	20.50	57:10	2:47	23	10:29	44	12:55
Lauf Ziel	5.00	23:47	4:45	4	2:05	20	8:17	25.50	1:20:57	3:10	7	11:35	30	17:59