



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Katja Knaup

□□□: 1:26:40

□□: AZHP

□□: 107

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 262 (of 354)

□□□□□/□: 59 (of 100)

□□□□□□: 1:02:58

□□□□:

weibliche AK 2 (TW 25)

□□□□□: 14(of 22)

□□□□□□□: 1:09:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	12:55	25:49	15	5:08	75	5:53	0.50	12:55	25:49	23	5:08	101	5:53
Wechsel S -> R	-	3:39	-	18	1:39	72	2:08	0.50	16:34	33:07	23	6:46	77	7:11
Schwimmen □□□	0.50	16:34	33:07	23	6:46	77	7:11	0.50	16:34	33:07	23	6:46	77	7:11
Rad netto	20.00	44:32	2:13	16	9:04	74	41:43	20.50	1:01:06	2:58	23	15:13	78	46:33
Wechsel R -> L	-	1:25	-	17	0:44	70	0:51	20.50	1:02:31	3:02	23	15:50	76	18:16
Rad □□□	20.00	45:57	2:17	17	9:41	77	11:05	20.50	1:02:31	3:02	23	15:50	76	18:16
Lauf Ziel	5.00	24:09	4:49	5	2:27	23	8:39	25.50	1:26:40	3:23	14	17:18	59	23:42