



# 19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Laura Kristalis

□□□: 1:38:45

□□: 290

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 336 (of 354)

□□□□□/□: 92 (of 100)

□□□□□□: 1:02:58

□□□□:

weibliche AK 2 (TW 25)

□□□□□: 20(of 22)

□□□□□□□: 1:09:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:02	26:03	17	5:15	80	6:00	0.50	13:02	26:03	23	5:15	101	6:00
Wechsel S -> R	-	3:43	-	19	1:43	76	2:12	0.50	16:45	33:30	23	6:57	101	7:22
Schwimmen □□□	0.50	16:45	33:30	23	6:57	101	7:22	0.50	16:45	33:30	23	6:57	101	7:22
Rad netto	20.00	47:37	2:22	20	12:09	90	44:48	20.50	1:04:22	3:08	23	18:29	101	49:49
Wechsel R -> L	-	1:24	-	15	0:43	67	0:50	20.50	1:05:46	3:12	23	19:05	101	21:31
Rad □□□	20.00	49:01	2:27	20	12:45	89	14:09	20.50	1:05:46	3:12	23	19:05	101	21:31
Lauf Ziel	5.00	32:59	6:35	20	11:17	91	17:29	25.50	1:38:45	3:52	20	29:23	92	35:47