



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Silas Hamp

□□□: 1:24:10

□□: Kite IT

□□: 239

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 232 (of 354)

□□□□□/□: 185 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 24(of 30)

□□□□□□□: 1:07:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:39	23:18	21	2:41	150	4:52	0.50	11:39	23:18	31	2:41	152	4:52
Wechsel S -> R	-	3:42	-	17	2:18	191	3:42	0.50	15:21	30:41	22	4:06	255	7:13
Schwimmen □□□	0.50	15:21	30:41	22	4:06	255	7:13	0.50	15:21	30:41	22	4:06	255	7:13
Rad netto	20.00	42:57	2:08	26	17:12	223	17:12	20.50	58:18	2:50	26	15:17	255	19:21
Wechsel R -> L	-	0:42	-	5	0:10	22	0:10	20.50	59:00	2:52	25	15:01	255	19:11
Rad □□□	20.00	43:39	2:10	25	16:56	212	16:56	20.50	59:00	2:52	25	15:01	255	19:11
Lauf Ziel	5.00	25:10	5:01	16	5:24	152	8:23	25.50	1:24:10	3:18	24	16:41	185	25:44