



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Alexander Wolf

□□□: 1:25:00

□□: 174

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 244 (of 354)

□□□□□/□: 193 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

männliche AK 2 (TM 25)

□□□□□: 25(of 30)

□□□□□□□: 1:07:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	11:56	23:52	24	2:58	168	5:09	0.50	11:56	23:52	24	2:58	255	5:09
Wechsel S -> R	-	2:50	-	12	1:26	120	2:50	0.50	14:46	29:32	31	3:31	255	6:38
Schwimmen □□□	0.50	14:46	29:32	31	3:31	255	6:38	0.50	14:46	29:32	31	3:31	255	6:38
Rad netto	20.00	37:08	1:51	10	11:23	104	11:23	20.50	51:54	2:31	31	8:53	255	12:57
Wechsel R -> L	-	0:53	-	10	0:21	62	0:21	20.50	52:47	2:34	31	8:48	255	12:58
Rad □□□	20.00	38:01	1:54	10	11:18	91	11:18	20.50	52:47	2:34	31	8:48	255	12:58
Lauf Ziel	5.00	32:13	6:26	28	12:27	241	15:26	25.50	1:25:00	3:20	25	17:31	193	26:34