



# 19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Daniel Schminke

□□□: 1:03:15

□□: SSG Bensheim Triathlon

□□: 295

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 8 (of 354)

□□□□□/□: 7 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

männliche AK 3 (TM 30)

□□□□□: 3(of 30)

□□□□□□□: 58:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	8:29	16:57	4	1:42	15	1:42	0.50	8:29	16:57	31	1:42	255	1:42
Wechsel S -> R	-	1:58	-	3	0:37	37	1:58	0.50	10:27	20:53	31	2:19	255	2:19
Schwimmen □□□	0.50	10:27	20:53	31	2:19	255	2:19	0.50	10:27	20:53	31	2:19	255	2:19
Rad netto	20.00	33:30	1:40	4	2:41	19	7:45	20.50	43:57	2:08	31	5:00	255	5:00
Wechsel R -> L	-	0:52	-	8	0:16	55	0:20	20.50	44:49	2:11	31	5:00	255	5:00
Rad □□□	20.00	34:22	1:43	3	2:41	19	7:39	20.50	44:49	2:11	31	5:00	255	5:00
Lauf Ziel	5.00	18:26	3:41	2	1:39	5	1:39	25.50	1:03:15	2:28	3	4:49	7	4:49