



19. Lorsch Triathlon

Lorsch / 18.08.2024

□□□□

Alexander Klein

□□□: 1:20:34

□□: 215

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon

□□□□□/□□□: 187 (of 354)

□□□□□/□: 160 (of 254)

□□□□□□: 58:26

□□□□:

männliche AK 4 (TM 35)

□□□□□: 18(of 29)

□□□□□□□: 1:03:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	0.50	13:33	27:06	24	5:06	216	6:46	0.50	13:33	27:06	30	5:06	255	6:46
Wechsel S -> R	-	3:26	-	20	1:45	184	3:26	0.50	16:59	33:58	30	6:31	255	8:51
Schwimmen □□□	0.50	16:59	33:58	30	6:31	255	8:51	0.50	16:59	33:58	30	6:31	255	8:51
Rad netto	20.00	40:29	2:01	21	7:09	189	14:44	20.50	57:28	2:48	30	13:40	255	18:31
Wechsel R -> L	-	1:28	-	16	0:40	176	0:56	20.50	58:56	2:52	30	14:09	255	19:07
Rad □□□	20.00	41:57	2:05	20	7:38	192	15:14	20.50	58:56	2:52	30	14:09	255	19:07
Lauf Ziel	5.00	21:38	4:19	4	3:15	67	4:51	25.50	1:20:34	3:09	18	17:24	160	22:08