



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Emmenlauer, Simone

□□□: 1:21:17

□□: Bensheim

□□: 227

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 180 (of 294)

□□□□□/□: 30 (of 74)

□□□□□□: 1:03:24

□□□□:

weibl. AK 4 (TW 35-39)

□□□□□: 4(of 7)

□□□□□□□: 1:03:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	9:15	0.00	3	0:45	8	2:12	0.50	9:15	0.00	8		9	0:45
Schwimmen □□□	0.50	9:15												
Rad	20.00	43:31	27.58	4	7:36	20	7:36	20.50	52:46	22.74	8		9	8:21
Rad □□□	20.00	43:31												
Lauf	5.00	28:31	10.52	6	9:32	56	9:39	25.50	1:21:17	18.45	4	17:53	30	17:53
Lauf □□□	25.00	1:21:17												