



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Aigner, Dietmar

□□□: 1:21:07

□□: Darmstadt

□□: 99

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 186 (of 307)

□□□□□/□: 161 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 10(of 11)

männl. AK 3 (TM 30-34)

□□□□□□□: 1:04:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:34	23:07	8	2:52	143	4:19	0.50	11:34	23:07	12	1:46	251	2:49	
Schwimmen □□□	0.50	11:34													
Wechsel Schw.-R	0.25	3:33	14:11	11	1:58	187	2:08	0.75	15:07	20:09	12	3:23	21	4:27	
Rad	20.00	38:25	1:55	9	6:11	122	8:08	20.75	53:32	2:34	12	9:34	250	10:28	
Rad □□□	20.25	41:58													
Laufrunde 2,5 km	2.50	13:24	5:21	11	3:02	179	4:23	23.25	1:06:56	2:52	12	12:05	248	13:36	
Lauf	2.50	14:11	5:40	11	4:30	195	5:14	25.75	1:21:07	3:09	10	17:06	162	18:59	
Lauf □□□	25.25	1:21:07													