



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Götz, Carsten

□□□: 1:26:56

□□: LT Lorsch

□□: 121

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 235 (of 307)

□□□□□/□: 196 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 28(of 31)

□□□□□□□: 1:02:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	12:47	25:33	24	5:04	193	5:32	0.50	12:47	25:33	32	0:08	251	4:02	
Schwimmen □□□	0.50	12:47													
Wechsel Schw.-R	0.25	5:11	20:44	31	3:39	238	3:46	0.75	17:58	23:57	32	3:12	245	7:18	
Rad	20.00	39:42	1:59	22	7:52	153	9:25	20.75	57:40	2:46	32	6:55	250	14:36	
Rad □□□	20.25	44:53													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	14:37	5:50	28	4:59	204	5:36	23.25	1:12:17	3:06	32	10:45	26	18:57	
Lauf	2.50	14:39	5:51	29	4:54	206	5:42	25.75	1:26:56	3:22	28	24:48	197	24:48	
Lauf □□□	25.25	1:26:56													