



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Weirich, Joachim

□□□: 1:12:43

□□: Lambrecht

□□: 187

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 87 (of 307)

□□□□□/□: 82 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

Senioren 3 (TM 50-54)

□□□□□: 8(of 21)

□□□□□□□: 1:03:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:58	21:56	10	3:09	115	3:43	0.50	10:58	21:56	1	-	251	2:13
Schwimmen □□□	0.50	10:58												
Wechsel Schw.-R	0.25	2:41	10:43	10	1:12	116	1:16	0.75	13:39	18:11	1	-	245	2:59
Rad	20.00	38:22	1:55	11	5:42	120	8:05	20.75	52:01	2:30	1	-	250	8:57
Rad □□□	20.25	41:03												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	10:12	4:04	3	0:11	19	1:11	23.25	1:02:13	2:40	1	-	248	8:53
Lauf	2.50	10:30	4:12	6	0:29	29	1:33	25.75	1:12:43	2:49	8	8:52	82	10:35
Lauf □□□	25.25	1:12:43												