



# 9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Kley, Bernd

□□□: 1:16:26

□□: Lg Multi

□□: 191

□□: 25.75 km

□□□□□/□□□: 133 (of 307)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 120 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 27(of 57)

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:30	23:00	32	3:34	137	4:15	0.50	11:30	23:00	58	0:40	251	2:45	
Schwimmen □□□	0.50	11:30													
Wechsel Schw.-R	0.25	3:08	12:31	31	1:43	152	1:43	0.75	14:38	19:30	56		245	3:58	
Rad	20.00	37:57	1:53	24	7:40	114	7:40	20.75	52:35	2:32	58		250	9:31	
Rad □□□	20.25	41:05													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	12:02	4:48	25	2:24	118	3:01	23.25	1:04:37	2:46	56		248	11:17	
Lauf	2.50	11:49	4:43	23	2:04	111	2:52	25.75	1:16:26	2:58	28	13:22	121	14:18	
Lauf □□□	25.25	1:16:26													