



# 9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Kress, Dr. Alexander

□□□: 1:16:37

□□: Bensheim

□□: 161

□□□□□/□□□: 137 (of 307)

□□□□□/□: 122 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

Enduro E Bike

□□□□:

□□□□□: 25(of 52)

Senioren 1 (TM 40-44)

□□□□□□□: 1:03:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:35	23:10	29	3:30	145	4:20	0.50	11:35	23:10	52			251	2:50
Schwimmen □□□	0.50	11:35													
Wechsel Schw.-R	0.25	2:21	9:24	12	0:39	78	0:56	0.75	13:56	18:34	50			245	3:16
Rad	20.00	38:48	1:56	28	6:41	136	8:31	20.75	52:44	2:32	51	8:27		250	9:40
Rad □□□	20.25	41:09													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	12:01	4:48	26	2:01	115	3:00	23.25	1:04:45	2:47	51	9:56		248	11:25
Lauf	2.50	11:52	4:44	26	2:05	115	2:55	-	1:16:37	-	25	13:01		123	14:29
Lauf □□□	0.00	1:16:37													