



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Dobirr, Christian

□□□: 1:03:51

□□: Isv ladenburg-tria

□□: 232

□□: 25.75 km

□□□□□/□□□: 7 (of 307)

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 7 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 1(of 21)

Senioren 3 (TM 50-54)

□□□□□□□: 1:03:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	7:49	15:37	1	-	3	0:34	0.50	7:49	15:37	22			251	
Schwimmen □□□	0.50	7:49													
Wechsel Schw.-R	0.25	2:05	8:20	5	0:36	46	0:40	0.75	9:54	13:12	22			245	
Rad	20.00	32:47	1:38	2	0:07	10	2:30	20.75	42:41	2:03	22			250	
Rad □□□	20.25	34:52													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	10:49	4:19	6	0:48	51	1:48	23.25	53:30	2:18	22			248	0:10
Lauf	2.50	10:21	4:08	4	0:20	21	1:24	25.75	1:03:51	2:28	1	-		7	1:43
Lauf □□□	25.25	1:03:51													