



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Syroth, Hans-Dieter

□□□: 1:27:32

□□: Seeheim-Jugenheim

□□: 173

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 243 (of 307)

□□□□□/□: 204 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□: 39(of 57)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|------------------|-------|---------|--------|----|------|-----|------|-------|---------|--------|----|-------|-----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Schwimmen | 0.50 | 13:26 | 26:52 | 47 | 5:30 | 210 | 6:11 | 0.50 | 13:26 | 26:52 | 58 | 2:36 | 28 | 4:41 |
| Schwimmen □□□ | 0.50 | 13:26 | | | | | | | | | | | | |
| Wechsel Schw.-R | 0.25 | 3:22 | 13:28 | 37 | 1:57 | 179 | 1:57 | 0.75 | 16:48 | 22:24 | 56 | 0:40 | 245 | 6:08 |
| Rad | 20.00 | 39:25 | 1:58 | 31 | 9:08 | 149 | 9:08 | 20.75 | 56:13 | 2:42 | 58 | | 28 | 13:09 |
| Rad □□□ | 20.25 | 42:47 | | | | | | | | | | | | |
| Laufrunde 2,5 kn | 2.50 | 15:20 | 6:08 | 43 | 5:42 | 219 | 6:19 | 23.25 | 1:11:33 | 3:04 | 56 | | 248 | 18:13 |
| Lauf | 2.50 | 15:59 | 6:23 | 47 | 6:14 | 225 | 7:02 | 25.75 | 1:27:32 | 3:23 | 40 | 24:28 | 205 | 25:24 |
| Lauf □□□ | 25.25 | 1:27:32 | | | | | | | | | | | | |