



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

0000

Syroth, Hans-Dieter

000: 1:27:32

00: Seeheim-Jugenheim

00: 173

Enduro E Bike

00000/000: 243 (of 307)

00000/0: 204 (of 251)

000000: 1:02:08

0000:

00000: 39(of 57)

Senioren 2 (TM 45.49)

0000000: 1:03:04

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
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 000	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 000	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	-	1:27:32	-	40	24:28	205	25:24
Lauf 000	0.00	1:27:32												