



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Mairon, Holger

□□□: 1:15:23

□□: Mühlhausen

□□: 204

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 116 (of 307)

□□□□□/□: 105 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 23(of 57)

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	10:51	21:41	26	2:55	110	3:36	0.50	10:51	21:41	58	0:01	251	2:06
Schwimmen □□□	0.50	10:51												
Wechsel Schw.-R	0.25	2:41	10:43	25	1:16	116	1:16	0.75	13:32	18:02	56		245	2:52
Rad	20.00	36:48	1:50	18	6:31	81	6:31	20.75	50:20	2:25	58		250	7:16
Rad □□□	20.25	39:29												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	12:42	5:04	32	3:04	159	3:41	23.25	1:03:02	2:42	56		248	9:42
Lauf	2.50	12:21	4:56	30	2:36	140	3:24	-	1:15:23	-	24	12:19	106	13:15
Lauf □□□	0.00	1:15:23												