



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Wahlig, André

□□□: 1:15:59

□□: Heppenheimer Skiclub

□□: 213

□□: 25.75 km

□□□□□/□□□: 124 (of 307)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 111 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 17(of 31)

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□□□: 1:02:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:33	25:06	21	4:50	179	5:18	0.50	12:33	25:06	14		251	3:48
Schwimmen □□□	0.50	12:33												
Wechsel Schw.-R	0.25	2:40	10:39	17	1:08	114	1:15	0.75	15:13	20:17	14	0:27	245	4:33
Rad	20.00	39:12	1:57	20	7:22	144	8:55	20.75	54:25	2:37	14	3:40	20	11:21
Rad □□□	20.25	41:52												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	10:40	4:15	9	1:02	42	1:39	23.25	1:05:05	2:47	14	3:33	248	11:45
Lauf	2.50	10:54	4:21	7	1:09	49	1:57	25.75	1:15:59	2:57	17	13:51	112	13:51
Lauf □□□	25.25	1:15:59												