



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Notopol, Janine

□□□: 1:23:43

□□: BSG JVA Darmstadt

□□: 221

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 207 (of 307)

□□□□□/□: 33 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

□□□□□: 9(of 11)

weibl. AK 3 (TW 30-34)

□□□□□□□: 1:12:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:43	25:26	9	4:44	43	5:47	0.50	12:43	25:26	12	3:33	57	
Schwimmen □□□	0.50	12:43												
Wechsel Schw.-R	0.25	2:01	8:03	1	-	4	0:21	0.75	14:44	19:38	12	3:31	57	
Rad	20.00	41:54	2:05	8	4:23	35	8:06	20.75	56:38	2:43	12	7:54	57	
Rad □□□	20.25	43:55												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	13:42	5:28	8	2:36	29	3:32	23.25	1:10:20	3:01	12	9:59	57	
Lauf	2.50	13:23	5:21	7	1:44	26	3:12	-	1:23:43	-	9	11:28	33	19:08
Lauf □□□	0.00	1:23:43												