



# 9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Franz, Thomas

□□□: 1:30:10

□□: Bensheim

□□: 195

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 256 (of 307)

□□□□□/□: 214 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□: 43(of 57)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:16	26:32	44	5:20	203	6:01	0.50	13:16	26:32	58	2:26	251	4:31	
Schwimmen □□□	0.50	13:16													
Wechsel Schw.-R	0.25	3:51	15:24	45	2:26	201	2:26	0.75	17:07	22:49	56	0:59	245	6:27	
Rad	20.00	41:07	2:03	40	10:50	180	10:50	20.75	58:14	2:48	58		250	15:10	
Rad □□□	20.25	44:58													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	15:40	6:15	47	6:02	225	6:39	23.25	1:13:54	3:10	56		248	20:34	
Lauf	2.50	16:16	6:30	49	6:31	232	7:19	25.75	1:30:10	3:30	44	27:06	215	28:02	
Lauf □□□	25.25	1:30:10													