



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Böhm, Oliver

□□□: 1:12:35

□□: Bickenbach

□□: 279

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 83 (of 307)

□□□□□/□: 78 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

männl. AK 2 (TM 25-29)

□□□□□: 8(of 13)

□□□□□□□: 1:04:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	10:20	20:40	9	1:59	86	3:05	0.50	10:20	20:40	14	0:29	251	1:35
Schwimmen □□□	0.50	10:20												
Wechsel Schw.-R	0.25	1:59	7:56	4	0:30	31	0:34	0.75	12:19	16:25	13	0:17	4	1:39
Rad	20.00	36:58	1:50	10	4:12	87	6:41	20.75	49:17	2:22	14	0:32	250	6:13
Rad □□□	20.25	38:57												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	11:44	4:41	11	2:28	104	2:43	23.25	1:01:01	2:37	14	0:51	248	7:41
Lauf	2.50	11:34	4:37	8	2:32	87	2:37	25.75	1:12:35	2:49	8	7:43	78	10:27
Lauf □□□	25.25	1:12:35												