



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Pitzal, Michael

□□□: 1:37:01

□□: Team HBM

□□: 210

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 291 (of 307)

□□□□□/□: 237 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 53(of 57)

Senioren 2 (TM 45.49)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	14:17	28:33	53	6:21	229	7:02	0.50	14:17	28:33	58	3:27	251	5:32
Schwimmen □□□	0.50	14:17												
Wechsel Schw.-R	0.25	3:50	15:20	43	2:25	198	2:25	0.75	18:07	24:09	56	1:59	245	7:27
Rad	20.00	46:51	2:20	54	16:34	238	16:34	20.75	1:04:58	3:07	58	2:14	250	21:54
Rad □□□	20.25	50:41												
Laufrunde 2,5 km	2.50	15:50	6:20	49	6:12	231	6:49	23.25	1:20:48	3:28	56	3:18	248	27:28
Lauf	2.50	16:13	6:29	48	6:28	229	7:16	25.75	1:37:01	3:46	54	33:57	238	34:53
Lauf □□□	25.25	1:37:01												