



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Spaar, Roger

□□□: 1:19:41

□□: Lorsch

□□: 253

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 172 (of 307)

□□□□□/□: 151 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 34(of 52)

Senioren 1 (TM 40-44)

□□□□□□□: 1:03:36

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Schwimmen | 0.50 | 10:57 | 21:53 | 19 | 2:52 | 113 | 3:42 | 0.50 | 10:57 | 21:53 | 52 | | | 27 | 2:12 |
| Schwimmen □□□ | 0.50 | 10:57 | | | | | | | | | | | | | |
| Wechsel Schw.-R | 0.25 | 3:55 | 15:39 | 44 | 2:13 | 206 | 2:30 | 0.75 | 14:52 | 19:49 | 50 | | | 245 | 4:12 |
| Rad | 20.00 | 38:24 | 1:55 | 26 | 6:17 | 121 | 8:07 | 20.75 | 53:16 | 2:34 | 17 | 8:59 | 250 | 10:12 | |
| Rad □□□ | 20.25 | 42:19 | | | | | | | | | | | | | |
| Laufrunde 2,5 kn | 2.50 | 12:55 | 5:09 | 40 | 2:55 | 166 | 3:54 | 23.25 | 1:06:11 | 2:50 | 17 | 11:22 | 248 | 12:51 | |
| Lauf | 2.50 | 13:30 | 5:24 | 41 | 3:43 | 174 | 4:33 | - | 1:19:41 | - | 34 | 16:05 | 152 | 17:33 | |
| Lauf □□□ | 0.00 | 1:19:41 | | | | | | | | | | | | | |