



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

0000

Buchholz, Gert

000: 1:04:45

00: Weinstadt

00: 328

00: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

00000/000: 12 (of 307)

00000/0: 11 (of 251)

000000: 1:02:08

0000:

Senioren 3 (TM 50-54)

00000: 2(of 21)

0000000: 1:03:51

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Schwimmen	0.50	9:16	18:32	4	1:27	26	2:01	0.50	9:16	18:32	22		251	0:31
Schwimmen 000	0.50	9:16												
Wechsel Schw.-R	0.25	1:29	5:56	1	-	2	0:04	0.75	10:45	14:20	22		245	0:05
Rad	20.00	33:58	1:41	3	1:18	19	3:41	20.75	44:43	2:09	22		250	1:39
Rad 000	20.25	35:27												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	10:01	4:00	1	-	10	1:00	23.25	54:44	2:21	22		248	1:24
Lauf	2.50	10:01	4:00	1	-	11	1:04	25.75	1:04:45	2:30	2	0:54	11	2:37
Lauf 000	25.25	1:04:45												