



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Börker, Manfred

□□□: 1:43:03

□□: Büttelborn

□□: 242

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 296 (of 307)

□□□□□/□: 241 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 10(of 11)

Senioren 5 (TM 60-64)

□□□□□□□: 1:11:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	15:08	30:15	10	5:19	242	7:53	0.50	15:08	30:15	12	5:19	251	6:23
Schwimmen □□□	0.50	15:08												
Wechsel Schw.-R	0.25	4:53	19:32	10	2:53	234	3:28	0.75	20:01	26:41	12	8:12	245	9:21
Rad	20.00	47:26	2:22	11	11:12	242	17:09	20.75	1:07:27	3:15	12	19:24	250	24:23
Rad □□□	20.25	52:19												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	17:10	6:52	10	5:37	241	8:09	23.25	1:24:37	3:38	12	25:01	248	31:17
Lauf	2.50	18:26	7:22	10	6:50	241	9:29	-	1:43:03	-	10	31:51	242	40:55
Lauf □□□	0.00	1:43:03												