



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Heidecker, Klaus

□□□: 1:43:44

□□: TV 1877 Waldhof Tennis

□□: 254

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 300 (of 307)

□□□□□/□: 244 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 20(of 21)

Senioren 3 (TM 50-54)

□□□□□□□: 1:03:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	12:56	25:52	17	5:07	195	5:41	0.50	12:56	25:52	22	1:58	251	4:11
Schwimmen □□□	0.50	12:56												
Wechsel Schw.-R	0.25	4:19	17:15	20	2:50	223	2:54	0.75	17:15	23:00	22	3:36	245	6:35
Rad	20.00	45:32	2:16	21	12:52	234	15:15	20.75	1:02:47	3:01	22	10:46	250	19:43
Rad □□□	20.25	49:51												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	19:54	7:57	21	9:53	247	10:53	23.25	1:22:41	3:33	22	20:28	248	29:21
Lauf	2.50	21:03	8:25	20	11:02	247	12:06	-	1:43:44	-	20	39:53	245	41:36
Lauf □□□	0.00	1:43:44												