



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Hoffelder, Tobias

□□□: 1:24:37

□□: Riedstadt

□□: 321

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 220 (of 307)

□□□□□/□: 185 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

männl. AK 1 (TM 20-24)

□□□□□: 17(of 19)

□□□□□□□: 1:03:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	11:17	22:33	16	3:03	129	4:02	0.50	11:17	22:33	20	2:10	10	2:32	
Schwimmen □□□	0.50	11:17													
Wechsel Schw.-R	0.25	4:49	19:15	18	2:56	233	3:24	0.75	16:06	21:28	19	4:47	245	5:26	
Rad	20.00	41:41	2:05	15	7:23	189	11:24	20.75	57:47	2:47	20	6:16	250	14:43	
Rad □□□	20.25	46:30													
Laufrunde 2,5 km	2.50	13:14	5:17	17	4:13	172	4:13	23.25	1:11:01	3:03	20	8:20	248	17:41	
Lauf	2.50	13:36	5:26	16	4:39	177	4:39	25.75	1:24:37	3:17	17	21:31	186	22:29	
Lauf □□□	25.25	1:24:37													