



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Lammer, Oliver

□□□: 1:23:57

□□: TTV Topspin Lorsch

□□: 19

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 212 (of 307)

□□□□□/□: 179 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 26(of 31)

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□□□: 1:02:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	13:07	26:14	25	5:24	199	5:52	0.50	13:07	26:14	32	0:28	25	4:22
Schwimmen □□□	0.50	13:07												
Wechsel Schw.-R	0.25	3:01	12:03	21	1:29	143	1:36	0.75	16:08	21:30	32	1:22	25	5:28
Rad	20.00	40:59	2:02	23	9:09	177	10:42	20.75	57:07	2:45	32	6:22	25	14:03
Rad □□□	20.25	44:00												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	13:26	5:22	25	3:48	180	4:25	23.25	1:10:33	3:02	32	9:01	25	17:13
Lauf	2.50	13:24	5:21	24	3:39	171	4:27	-	1:23:57	-	26	21:49	180	21:49
Lauf □□□	0.00	1:23:57												