



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Kovalova, Nataliya

□□□: 1:27:18

□□: BREAK LAW OF PHYSICS

□□: 292

□□: 25.75 km

□□□□□/□□□: 241 (of 307)

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□: 39 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

□□□□□: 10(of 11)

weibl. AK 3 (TW 30-34)

□□□□□□□: 1:12:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:42	27:23	11	5:43	53	6:46	0.50	13:42	27:23	12	4:32	57		
Schwimmen □□□	0.50	13:42													
Wechsel Schw.-R	0.25	2:48	11:11	8	0:47	27	1:08	0.75	16:30	22:00	12	5:17	57		
Rad	20.00	46:27	2:19	11	8:56	49	12:39	20.75	1:02:57	3:02	12	14:13	57		
Rad □□□	20.25	49:15													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	12:11	4:52	3	1:05	12	2:01	23.25	1:15:08	3:13	12	14:47	57		
Lauf	2.50	12:10	4:51	4	0:31	14	1:59	25.75	1:27:18	3:23	10	15:03	39	22:43	
Lauf □□□	25.25	1:27:18													