



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Team Durrer & Alberstadt

□□□: 1:07:31

□□: Team Durrer & Alberstadt

□□: 361

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 6 (of 21)

□□□□□/□□□: 6 (of 21)

□□□□□□: 1:03:04

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 6(of 21)

□□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.50	11:10	22:19	12	4:26	12	4:26	0.50	11:10	22:19	17		17	
Schwimmen □□□	0.50	11:10												
Wechsel Schw.-R	0.25	1:47	7:08	10	0:32	10	0:32	0.75	12:57	17:15	17		17	
Rad	20.00	36:02	1:48	7	35:21	7	35:21	20.75	48:59	2:21	17		17	
Rad □□□	20.25	37:49												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	9:07	3:38	3	0:36	3	0:36	23.25	58:06	2:29	17		17	
Lauf	2.50	9:25	3:46	3	0:38	3	0:38	25.75	1:07:31	2:37	6	4:27	6	4:27
Lauf □□□	25.25	1:07:31												