



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Niebauer, Claudia

□□□: 1:04:35

□□: Heppenheim

□□: 79

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 11 (of 307)

□□□□□/□: 1 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

weibl. AK 4 (TW 35-39)

□□□□□: 1(of 8)

□□□□□□□: 1:04:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	8:33	17:06	1	-	5	1:37	0.50	8:33	17:06	1	-	32	
Schwimmen □□□	0.50	8:33												
Wechsel Schw.-R	0.25	1:51	7:24	1	-	2	0:11	0.75	10:24	13:52	1	-	32	
Rad	20.00	33:48	1:41	1	-	1	-	20.75	44:12	2:07	1	-	32	
Rad □□□	20.25	35:39												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	10:10	4:03	1	-	1	-	23.25	54:22	2:20	1	-	32	
Lauf	2.50	10:13	4:05	1	-	2	0:02	25.75	1:04:35	2:30	1	-	1	-
Lauf □□□	25.25	1:04:35												