



9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Kasper, Tim

□□□: 1:14:21

□□: Heppenheim

□□: 374

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 107 (of 307)

□□□□□/□: 98 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

männl. AK 1 (TM 20-24)

□□□□□: 10(of 19)

□□□□□□□: 1:03:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	9:53	19:45	12	1:39	53	2:38	0.50	9:53	19:45	20	0:46	24	1:08	
Schwimmen □□□	0.50	9:53													
Wechsel Schw.-R	0.25	2:21	9:24	8	0:28	78	0:56	0.75	12:14	16:18	19	0:55	245	1:34	
Rad	20.00	38:26	1:55	10	4:08	124	8:09	20.75	50:40	2:26	20		250	7:36	
Rad □□□	20.25	40:47													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	11:49	4:43	13	2:48	110	2:48	23.25	1:02:29	2:41	20		248	9:09	
Lauf	2.50	11:52	4:44	11	2:55	115	2:55	25.75	1:14:21	2:53	10	11:15	99	12:13	
Lauf □□□	25.25	1:14:21													