



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Weiler, Dr. Gisbert

□□□: 1:22:49

□□: SSG Bensheim

□□: 373

Enduro E Bike

□□□□□/□□□: 199 (of 307)

□□□□□/□: 168 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

□□□□□: 9(of 19)

Senioren 4 (TM 55-59)

□□□□□□□: 1:10:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	12:01	24:02	10	3:26	155	4:46	0.50	12:01	24:02	20	0:32	251	3:16	
Schwimmen □□□	0.50	12:01													
Wechsel Schw.-R	0.25	2:42	10:48	7	0:52	120	1:17	0.75	14:43	19:37	20	0:47	245	4:03	
Rad	20.00	39:29	1:58	8	4:12	150	9:12	20.75	54:12	2:36	20	4:30	250	11:08	
Rad □□□	20.25	42:11													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	14:32	5:48	14	3:48	202	5:31	23.25	1:08:44	2:57	20	7:43	248	15:24	
Lauf	2.50	14:05	5:38	14	3:30	191	5:08	-	1:22:49	-	9	12:21	169	20:41	
Lauf □□□	0.00	1:22:49													