



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Melwitz, Sabine

□□□: 1:25:57

□□: Unterheinriet

□□: 370

□□: 25.75 km

Lorsche Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 228 (of 307)

□□□□□/□: 36 (of 56)

□□□□□□: 1:04:35

□□□□:

Seniorinnen 4 (TW 55-59)

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:25:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	11:58	23:56	1	-	31	5:02	0.50	11:58	23:56	3	-	51	
Schwimmen □□□	0.50	11:58												
Wechsel Schw.-R	0.25	2:59	11:56	1	-	37	1:19	0.75	14:57	19:56	3	-	57	
Rad	20.00	42:40	2:07	1	-	36	8:52	20.75	57:37	2:46	3	-	57	
Rad □□□	20.25	45:39												
Laufrunde 2,5 kn	2.50	14:23	5:45	2	1:45	40	4:13	23.25	1:12:00	3:05	3	-	57	
Lauf	2.50	13:57	5:34	2	1:11	36	3:46	25.75	1:25:57	3:20	1	-	36	21:22
Lauf □□□	25.25	1:25:57												