



9. Lorsche Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Judoverein Heppenheim

□□□: 1:27:01

□□: Judoverein Heppenheim

□□: 346

□□: 25.75 km

Triathlonstaffel

□□□□□/□□□: 18 (of 21)

□□□□□/□□□: 18 (of 21)

□□□□□□: 1:03:04

□□□□:

Triathlon-Staffel

□□□□□: 18(of 21)

□□□□□□: 1:03:04

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □□□ | □□ □□□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|-----------|-----------|-------|---------|-------|---------|---------|-----------|-----------|
| Schwimmen | 0.50 | 12:39 | 25:18 | 14 | 5:55 | 14 | 5:55 | 0.50 | 12:39 | 25:18 | 5 | 0:13 | 5 | 0:13 |
| Schwimmen □□□ | 0.50 | 12:39 | | | | | | | | | | | | |
| Wechsel Schw.-R | 0.25 | 1:50 | 7:19 | 12 | 0:35 | 12 | 0:35 | 0.75 | 14:29 | 19:18 | 5 | 0:17 | 5 | 0:17 |
| Rad | 20.00 | 44:35 | 2:13 | 18 | 43:54 | 18 | 43:54 | 20.75 | 59:04 | 2:50 | 5 | 8:35 | 5 | 8:35 |
| Rad □□□ | 20.25 | 46:25 | | | | | | | | | | | | |
| Laufrunde 2,5 km | 2.50 | 13:29 | 5:23 | 18 | 4:58 | 18 | 4:58 | 23.25 | 1:12:33 | 3:07 | 5 | 10:09 | 5 | 10:09 |
| Lauf | 2.50 | 14:28 | 5:47 | 17 | 5:41 | 17 | 5:41 | 25.75 | 1:27:01 | 3:22 | 18 | 23:57 | 18 | 23:57 |
| Lauf □□□ | 25.25 | 1:27:01 | | | | | | | | | | | | |