



# 9. Lorsch Triathlon

Lorsch / 12.08.2012

□□□□

Zimmermann, Jörg

□□□: 1:32:20

□□: BSG Merck

□□: 29

□□: 25.75 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 272 (of 307)

□□□□□/□: 224 (of 251)

□□□□□□: 1:02:08

□□□□:

Senioren 1 (TM 40-44)

□□□□□: 48(of 52)

□□□□□□□: 1:03:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen	0.50	13:02	26:03	41	4:57	197	5:47	0.50	13:02	26:03	52			33	4:17
Schwimmen □□□	0.50	13:02													
Wechsel Schw.-R	0.25	3:26	13:43	38	1:44	182	2:01	0.75	16:28	21:57	50			33	5:48
Rad	20.00	45:11	2:15	49	13:04	230	14:54	20.75	1:01:39	2:58	51	17:22		33	18:35
Rad □□□	20.25	48:37													
Laufrunde 2,5 kn	2.50	15:08	6:03	48	5:08	217	6:07	23.25	1:16:47	3:18	51	21:58		33	23:27
Lauf	2.50	15:33	6:13	49	5:46	221	6:36	25.75	1:32:20	3:35	48	28:44		225	30:12
Lauf □□□	25.25	1:32:20													